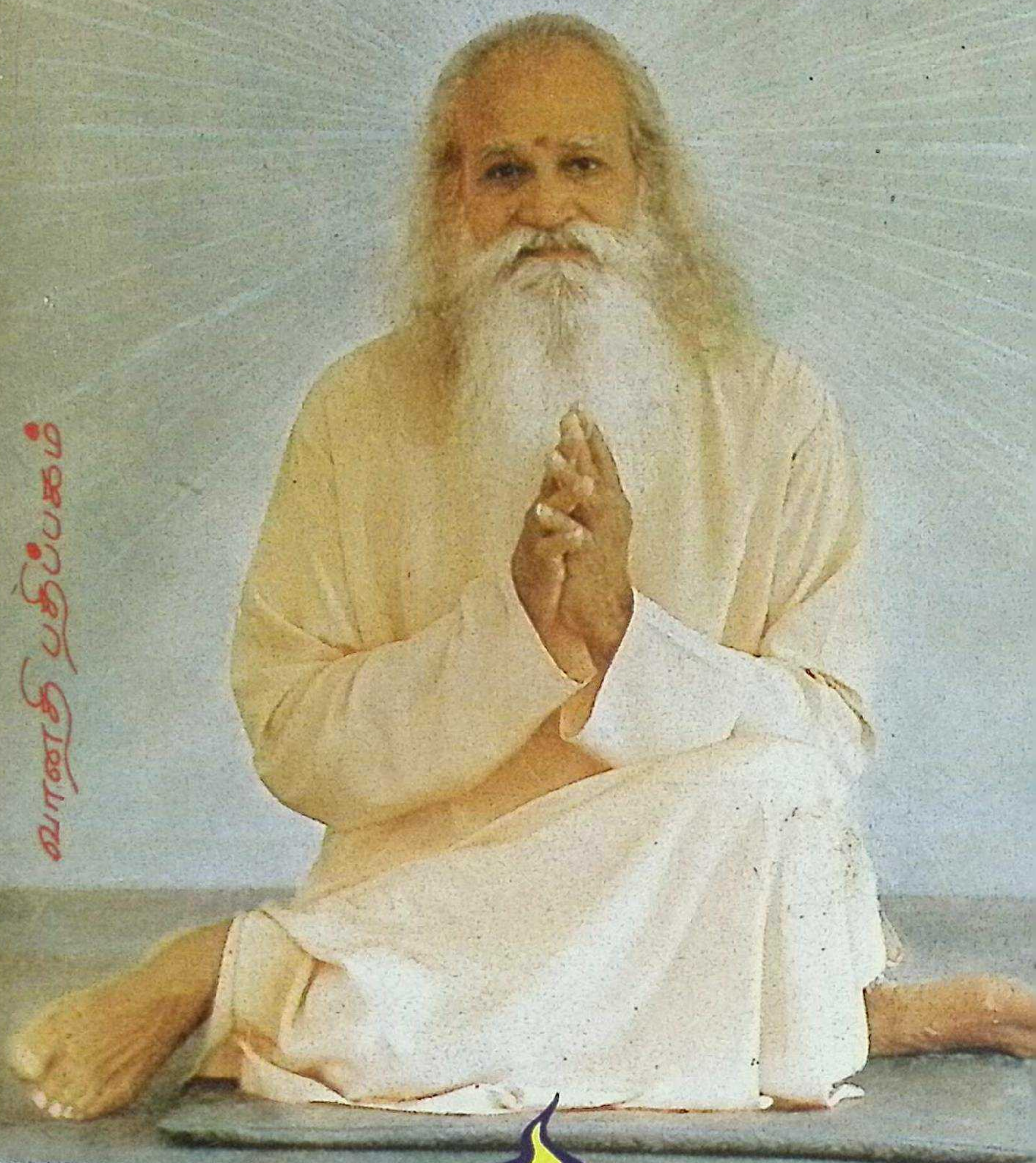


பதஞ்சலி யோகம்

விளக்க உரை:

சுவாமி சச்சிதானந்தா

பதஞ்சலி யோகம்

வானதி பதிப்பகம்



பதஞ்சலி யோகம்

சமாதி பாதம் _ சாதன பாதம்

விளக்க உரை :

சுவாமி சச்சிதானந்தா

தமிழில்

பகீரதன்

ஆசிரியர், 'ஓம் சக்தி'

மு. இராமலிங்கம்



வானதி பதிப்பகம்

13. தீனதயாளு தெரு

தி.நகர், சென்னை-17.

முதற் பதிப்பு : டிசம்பர் 1992

திருநாவுக்கரசு தயாரிப்பு

விலை ரூ. 125/–

பக்கங்கள் : 640 + 32 = 672

Laser Typeset at : LKM Computer Prints, Madras – 17.
Printed at : Nathan & Co., Madras – 42.

பதிப்புரை

பதஞ்சலியோக சூத்திரம் மிகவும் புராதனமானது.

தன்னையறிதல் என்ற யோக சித்திக்கு தொன்றுதொட்டு பதஞ்சலி யோக சூத்திரங்களே அனைவருக்கும் கைவிளக்காக இருந்து வழிகாட்டி வந்திருக்கிறது.

இந்த உன்னதமான நூலுக்குப் பல ஞானிகளும், மகான்களும், மகாகவி பாரதியும் கூட உரை கண்டிருக்கிறார்கள். அவையெல்லாம் சற்று கடினமானவை. பண்டிதர்கள் மட்டுமே புரிந்து கொள்ளக் கூடியவை.

சுவாமி சச்சிதானந்தா அவர்கள் பதஞ்சலி யோக சூத்திரங்களுக்கு மிகவும் எளிமையாக ஆங்கிலத்தில் விளக்க உரை செய்திருக்கிறார்கள்.

தனது அமெரிக்க சீடர்களுக்காக சுவாமி சச்சிதானந்தா செய்த ஆங்கில உரையை தமிழ்ப்படுத்தி தமது 'ஓம்சக்தி' இதழில் வெளியிட்டால் தமிழர்கள் படித்துப் பயன் பெறுவார்கள் என்று பேருள்ளங்கொண்ட அருட் செல்வர் டாக்டர் நா. மகாலிங்கம் அவர்கள், தமிழாக்கும் பணியினை திரு. பகீரதனிடமும், திரு. ராமலிங்கனாரிடமும் ஒப்படைத்தார்கள்.

இத் திருப்பணியை மேற்கொண்ட இருவரும் மிக எளிமையாக, ஓரளவு தமிழ் கற்றவர்கள் கூட படித்து எளிதில் விளங்கிக் கொள்ளும் சரளமான தமிழில் செய்து, பல ஆண்டுகளாக 'ஓம்சக்தி' மாத இதழில் வெளியிட்டு வந்தார்கள்.

மகரிஷி சுவாமி சச்சிதானந்தா அவர்களின் பதஞ்சலி யோக விளக்கவுரை புத்தகமாக வெளிவந்தால் வாசகர்களுக்கு மிகவும் பயன்படும் எனக் கருதி, இந்த ஒப்பற்ற ஒளிநெறி நூலை வானதி பதிப்பகத்தில் மிகப் பெருமையுடன் வெளியிட முன் வந்தேன்.

இந்த நூலை வெளியிட வாய்ப்பளித்த வணக்கத்துக்குரிய மகரிஷி சுவாமி சச்சிதானந்தா அவர்களுக்கு முதற்கண் நெஞ்சார்ந்த நன்றி.

என்றும் பயன்தரத்தக்க நல்ல நூல்கள் தமிழில் வெளிவர வேண்டும்; அவை மக்களுக்கு எளிதில் போய்ச் சேர வேண்டும் என்ற உயர் கருத்துக்கொண்ட கருணை வள்ளல், நா. மகாலிங்கம் அவர்களின் எண்ணத்தினால் இந்நூல் எழுந்துள்ளது. அருட்செல்வரை எவ்வளவு போற்றினாலும் தகும்.

ஆங்கிலத்திலிருந்த சுவாமிகளின் உரையை சிறப்பாகத் தமிழாக்கம் செய்த திருவாளர்கள் பகீரதன் அவர்களுக்கும், மு. இராமலிங்கனார் அவர்களுக்கும் நன்றி.

இந்நூலைச் செம்மையாக ஒப்புநோக்கி சிறப்பாக வெளிவர உதவிய திரு. இராம. கண்ணப்பனுக்கும், முகப்போவியமும் உள்ளோவியங்களும் வரைந்து தந்த ஓவியர் அமுதோனுக்கும் நன்றி.

இந்நூலுக்கு விரைவாக தட்டச்சு செய்து தந்த திரு. கே. கார்த்திகேயன் (எல்.கே.எம். கம்ப்யூட்டர் பிரிண்ட்ஸ்), அழகாக அச்சிட்டுத் தந்த நாதன் அச்சகத்தார் ஆகிய இருவருக்கும் நன்றி.

ஒளி நெறி பரப்பும் இந்நூலைக் கற்கும் வாசகர்கள் அனைவரும் உள்ளொளி பெற்று உயர்ந்திட இறைவன் அருளை வேண்டுகிறேன்.

ஏ. திருநாவுக்கரசு
வானதி பதிப்பகம்


சுவாமி சிவானந்தா





வாழ்த்துரை

யோகம் என்றால் என்ன?

ஒவ்வொருவரும் அவரவர்கள் ஏற்ற முறையில் பல நல்ல காரியங்களைச் செய்து வருகிறார்கள்.

அதனால் அவர்களுக்கு மகிழ்ச்சி உண்டாகிறது.

இந்த மகிழ்ச்சியைப் படிப்படியாக வளர்ப்பது எப்படி?

இதனால் நிலையான இன்ப வாழ்க்கையை அமைப்பது எப்படி?

இந்தக் கேள்விகளுக்கு அனுபவபூர்வமான சாதனத்தை அதாவது பயிற்சியைப்பற்றி விளக்குவதுதான் யோக சாத்திரம்.

பல ஞானிகள் பல வகைகளில் யோகத்தைப்பற்றி விளக்கி இருக்கிறார்கள்.

பக்தி யோகம், ஜப யோகம், ராஜ யோகம், ஹத யோகம், ஞான யோகம் என்று பல வகையான யோகங்கள் இருக்கின்றன.

இவற்றுள் ராஜ யோகத்தைப் பற்றி விரிவாக விளக்கி இருக்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

பதஞ்சலி யோக சூத்திரம் சமாதி பாதம், சாதன பாதம், விபூதி பாதம், கைவல்ய பாதம் என்று நாலு பாதங்களை உடையது.

இவற்றில் சமாதி பாதத்தைப் பற்றியும், சாதன பாதத்தைப் பற்றியும் நூற்று ஆறு சூத்திரங்களின் விளக்க உரை இந்த நூலில் இருக்கிறது.

பல ஆண்டுகளாக, பதஞ்சலி யோகம் என் வாழ்க்கைக்கு ஒரு சிறந்த வழிகாட்டியாகவே இருந்து கொண்டிருக்கிறது.

பொதுவாக என் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட பல சிக்கல்களை, பிரச்னைகளை வெகு எளிதாக 'பதஞ்சலி யோகம்' தீர்த்து வைத்திருக்கிறது.

குறிப்பாக என் யோக வாழ்க்கையில் பல யோக நுட்பங்களை நான் விளங்கிக் கொள்ளும்படிச் செய்திருக்கிறது.

இந்த நூல் இயமம், நியமம், ஆசனம், பிராணாயாமம், பிரத்யாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி என்ற எட்டு அங்கங்களை உடையது.

இவற்றில் இயமம், நியமம் என்ற இரண்டு யோக அங்கங்களும் சாதகர்களுக்கு ஏற்ப மாறுபடுகின்றன.

ஆசனம், பிராணாயாமம், பிரத்யாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி என்ற ஆறு அங்கங்களும் நிலையானவை.

எனவே இந்த ஆறு அங்கங்களையும் வைத்து 'மைத்திரேயி யோகம்' விளக்குகிறது.

இதை 'ஷடாங்க யோகம்' என்று சொல்வார்கள்.

இவற்றை கண்ணுடையவள்ளல் இயற்றிய ஒழிவில் ஒடுக்கம், திருமூலர் இயற்றிய ஒன்பது தந்திரங்களில் (நூல்களில்) மூன்றாவது தந்திரம் முழுவதும் யோகத்தைப் பற்றியே பேசுகின்றன. இவை விரிவாக விளக்கும் நூல்கள்.

இந்த நூல்களைப் படித்துப் பயிற்சி செய்துவரும் பெரியோர்கள் பலரை நான் சந்தித்தும் விவாதித்தும் இருக்கிறேன்.

அவர்கள் எல்லாரும் பாராட்டிய யோக நூல் பதஞ்சலி யோக நூல்தான்.

பதஞ்சலி முனிவரின் யோக சாத்திரத்தின் மூலமாக, திருமந்திரம், ஒழிவில்ஒடுக்கம், மைத்திரிய உபநிஷதம், கீதை முதலிய யோக நூல்கள் சொல்லுவதையும் புரிந்துகொண்டேன்.

"அறிவு வடிவு" என்பது திருமூலர் வாக்கு. இதன் பொருள் என்ன?

இந்த உண்மையை நாம் அறிந்து கொள்ளுகிற வாழ்க்கைத் துறையின் அறிவு எல்லாமே அனுபவ அடிப்படையில்தான் ஒரு வடிவம் பெறுகிறது. நான் இந்த உண்மையை பதஞ்சலி யோகத்தின் மூலமாகவே உணர்ந்து கொண்டேன்.

யோகத்தின் முழு உருவத்தையும், அதன் தன்மையையும் பதஞ்சலி முனிவர் நமக்கு எடுத்துக்காட்டும் முறை வியக்கும்படியாக இருக்கிறது.

பதஞ்சலி முனிவரின் விளக்கம் எளிமையும், இனிமையும், முழுமையான நிறைவும் கொண்டதாகவும் இருக்கிறது.

யோகத்தைப் பலரும் பலவிதமாகத் தம் அன்றாட வாழ்க்கையில் பயன்படுத்தி வருகின்றனர்.

அவர்கள் மிகவும் எளிதாக யோக வாழ்க்கையை மேற்கொள்ளும்படி பதஞ்சலி முனிவர் சமாதி பாதத்தில் விளக்கி இருக்கிறார்.

ஒவ்வொருவருக்கும் ஒரு தனித்தன்மை உண்டு. தனித்தனியான ஈடுபாடும் உண்டு. அவரவர் விரும்பும் உண்மையை மையமாகக் கொண்டு தின வாழ்க்கையில் தியானத்தின் மூலமாகவே முன்னேறலாம்.

இதற்குப் பதஞ்சலி முனிவர் பல்வேறு நினைவு வடிவங்களையும், தத்துவ நுட்பங்களையும் மிக இனிமையாக, இலகுவாக விளக்கிக் கொண்டே போகிறார்.

நினைவு வடிவங்கள் என்றால் என்ன?

நினைப்பவரின் வடிவம், நினைக்கின்ற பொருளின் வடிவம், நினைக்கின்ற செயலின் வடிவம் என்று நினைவு வடிவங்கள் மூன்று வகைப்படும்.

இவற்றுள் நினைக்கப்படும் பொருளின் வடிவம் வாழ்க்கைத் துறை எல்லாவற்றிலும் பயன்படுகிறது.

யோக வாழ்க்கையில் ஒரு பொருளைப்பற்றி ஒருவர் நினைக்கும்போது அது அவருக்கு மட்டும் துணை செய்வதாக எண்ணிவிடக்கூடாது.

நினைப்பவருடன் தொடர்புடைய எல்லாருக்கும் அது துணை செய்யக்கூடியது. தாழ்ந்த சிந்தனை உடையவரையும் உயர்ந்த சிந்தனை உடையவராக மாற்றும் ஆற்றல் உடையது.

பதஞ்சலி முனிவர் ஞான யோகத்துக்கு அடிப்படையான பிரணவ மந்திரத்தின் சூட்சுமத்தைப் பொருள் உணர்ந்து ஓதுவது, ஜபிப்பது எப்படி என்பதையும் எடுத்துக்காட்டுகிறார்.

இதன்மூலம் நாம் இதுவரையில் யோக நுட்பத்தில் தெரிந்துகொள்ள முடியாத உயிர் அனுபவம் முதலியவற்றை நாம் உணர்ந்து ஓதும்படியும் உணர்த்துகிறது பதஞ்சலி யோகம்.

உயிர் அனுபவம் என்றால் என்ன?

பொதுவான அனுபவங்களுக்கு உடம்பும் மனமுமே அடிப்படையாக இருக்கிறது. உயிர் அனுபவம் என்பது உடம்பையும் மனத்தையும் கடந்து, உயிர் தானே அனுபவிக்கும் அனுபவத்தைக் குறிப்பிடுகிறது.

"உடம்பும் மனமும் அந்த அனுபவத்தில் பங்கு கொள்ளும்போது பெருவாழ்வு கிடைக்கிறது."

இதைத்தான், "தன் கரண ஆதிகள் தான் கடந்து அறியும் ஓர் அனுபவம்'' என்று சொல்லுகிறார் திருஅருட்பிரகாசர்.

"தியானம் உண்டாகில் எல்லாம் உண்டாகும்" என்றும் சொல்கிறார்.

இதையே ஞான யோகிகள் "ஓங்கார அணை" என்றும் சொல்வார்கள்.

பதஞ்சலி முனிவர் தம் யோக விளக்கத்தை ஒரு முழு விஞ்ஞானமாக-பூரணத்வம் பெற்ற விஞ்ஞானமாகவே விளக்கிச் சொல்கிறார்.

சமாதி பாதத்தில் 26, 27, 28, 29 முதலிய சூத்திரங்களில் பிரணவ மந்திரமாகிய "ஓம்'' என்பது என்ன?

அது யாருடைய வாக்கு?

அதை எப்படி ஓத வேண்டும்?

அதனால் விலகும் தடைகள் எவை? சாதகர் அடையும் பயன்கள் எவை என்பதை தொடர்ந்து விளக்கி இருக்கிறார்.

கடவுள் காலத்துக்குக் கட்டுப்பட்டவர் அல்ல.

அவர்தான் எல்லா குருமார்களுக்கும் குருவாக விளங்குபவர்.

அவர் பெயர்தான் 'ஓம்' என்ற பிரணவம்.

இதைத்தான் கடவுளின் வாக்கு என்றும் பதஞ்சலி முனிவர் சொல்லுகிறார்.

ஓங்கார மந்திரத்தை பொருள் உணர்ந்து ஓதும்போது பல தடைகள் நீங்குகின்றன. உள்முக அனுபவ அங்கங்களும் தோன்றுகின்றன.

பல சித்துகள் செய்யும் ஆற்றல்களும் தோன்றுகின்றன.

இதனால்தான் பிரணவம் என்பது பிராணன் + ஓம் என்று பிரித்து பொருள் உணரப் பெறுகிறது.

பிராண சக்தியில் பல புதிய புதிய அற்புதங்களை நிகழ்த்தலாம். இதுவே பிரணவத்தின் ஆற்றல். ஞான யோகிகளும் இதில் இருந்து தோன்றுகிறார்கள்.

அமைதியும், ஆனந்தமும் நிறைந்த வாழ்க்கையின் உச்சிக்குப் படிப்படியாக சிரமமில்லாமல் ஏறிச் செல்வதற்கு பதஞ்சலி யோகம் இதன்மூலமாக நமக்கு வழிகாட்டுகிறது.

உலக வாழ்க்கையில் நமக்கு ஏற்படும் சிக்கலை எப்படித் தீர்த்துக் கொள்வது என்பதைப்பற்றியும் பதஞ்சலி முனிவர் சொல்கிறார்.

இறைவனையே அடைந்து அனுபவிக்கும் வழியையும் காட்டுகிறார். பதஞ்சலி யோகம் இக வாழ்க்கைக்கும், பர வாழ்க்கைக்கும் அதாவது பெருவாழ்க்கைக்கும் வழிகாட்டும் ஒப்பற்ற ஞான சூத்திரமாகவே இருக்கிறது.

யோக வாழ்க்கையின் கலங்கரை விளக்கமாகவே பதஞ்சலி யோகம் விளங்கிக்கொண்டு இருக்கிறது.

நம் உடலுக்கு மிகுந்த ஆற்றலைக் கொடுக்கும் வைட்டமின் மாத்திரைகளைப் போல, நமது உடலுக்கும் உள்ளத்துக்கும், உயிர் ஆற்றலைக் கொடுக்கும் சக்தி வாய்ந்த சூத்திரமாக விளங்குகிறது பதஞ்சலி சூத்திரம்.

அணுவைத் துளைத்து ஏழு கடலையும் அதற்குள் அடக்கி வைத்திருப்பது போல பிரபஞ்சத்தின் ஆற்றலையே பெறும், ஆன்மிக வழியை சிறுசிறு

சூத்திரங்களுக்குள் மிக அற்புதமாக விளக்கிக் காட்டுகிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

ஒவ்வொரு சூத்திரத்தையும் ஆன்மநேய ஒருமைப் பாட்டு உரிமை உணர்வுடன் படிக்க வேண்டும். அப்படிப் படிக்கும்போது ஒவ்வொரு சூத்திரத்துக்குள் அடங்கி இருக்கும் உண்மைகள் புதுப்புது ஆற்றலுடன் நம் இக வாழ்க்கைக்கும், பெரு வாழ்க்கைக்கும் வழிகாட்டிக் கொண்டே இருக்கும் அற்புதத்தைப் பார்க்கலாம். ஆற்றல் மிக்க ஆன்மிக சக்தியை எளிதில் அடையும் எழுச்சியையும் பெறலாம்.

இதைத்தான் 'நவில்தொறும் நூல் நயம் போலும், பயில்தொறும் பண்புடையாளர் தொடர்பு' என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

பதஞ்சலி யோகத்தைப் படித்துப் பயிலும்போது பல ஆயிரம் ஆண்டுகளாக வாழையடி வாழையாக வந்து கொண்டிருக்கும் ஞான புருஷர்களின் ஞான யோக அனுபவங்களைப் பெறுகிறோம்.

அவர்களோடு உறவாடி அவர்கள் சத்சங்கத்தில் இருந்து அடையக்கூடிய ஆன்மிக இன்பத்தையும் அடைகிறோம்.

பதஞ்சலி யோக நூல் ஒரு நாவலைப் போல பொழுது போக்குக்காகப் படிக்கும் நூல் அல்ல. ஆழ்ந்து தொடர்ந்து படிக்க வேண்டிய ஆன்மிக ஆற்றலுடன் கூடிய நூல். படித்த விஷயத்தை நம்முடைய அன்றாட வாழ்க்கையில் பயன்படுத்தி பயன்பெற வேண்டிய நூல்.

இந்த நூலை அதன் முழுத்தன்மையுடன் அறிந்து கொண்டிருக்கும் ஞானயோக பரிணாம அனுபவம் பெற்ற குருவின் துணை வேண்டும், அப்போதுதான் ஞான யோக பரிணாம நூலில் இருக்கும் ஆன்மிக நுட்பங்களைப் புரிந்து கொள்ள முடியும். வாழ்க்கையில் அவற்றை மேற்கொண்டு அருள் ஆற்றலைப் பெறவும் முடியும்.

ஞான யோக வாழ்க்கையின் மூலமாக இறைவன் அருளைப் பெற்ற பதஞ்சலி முனிவர் தம் ஆன்மிக அனுபவத்தை எடுத்துக்கூறும் நூல்.

தாம் பெற்ற இன்பத்தை உலக மக்களும் பெறவேண்டும் என்ற பெரும் கருணையினால் எழுதப்பட்ட நூல்.

இது ஒவ்வொருவர் வாழ்க்கைக்கும் ஒளி நெறியைக் காட்டும் கை விளக்கு.

பதஞ்சலி யோகத்தை ஒவ்வொரு முறை படிக்கும் போதும் நாம் வாழ்க்கையில் மேலும் மேலும் உயர்வதற்காகன ஒரு புதிய ஆன்மிக அனுபவ வழியை, ஒளிநெறியை அது காட்டிக்கொண்டே இருக்கிறது.

நாம் பதஞ்சலி யோகத்தில் எந்த எந்த அளவு அறிந்து கொள்கிறோமோ, அந்த அந்த அளவு அதைச் செயல்படுத்த வேண்டும். வாழ்க்கையுடன் அந்த அனுபவத்தை இணைத்துக் கொண்டு வாழ முயற்சிக்கவும் வேண்டும்.

அனுபவம், நினைவு, உணர்வு, அறிவு என்ற நான்கிலும் உயர்ந்த பழக்கங்கள் உருவாக உருவாக தாழ்ந்த பழக்கங்கள் மறைந்துவிடும்.

இதைத்தான் "பழக்கம் தவிர பழகுவது அன்றி உழப்புவது ஏன்?" என்று கேட்கிறார் திருவுந்தியாரைப் பாடிய மறைஞான தேசிகர்.

யோக வாழ்க்கையின் அடிப்படைப் பகுதியே வாழ்க்கையை ஒளி நெறியில் உயர்த்துவதற்கான பயிற்சியில் தொடர்ந்து ஈடுபடுவதுதான்.

இந்தப் பயிற்சியினால் ஏற்படும் பயன் என்ன?

முதலில் சுயநலத்துக்காகவே வாழும் குறுகிய புத்தி நம்மை விட்டு விலகிவிடும்.

பரந்த நோக்கத்துடன் நம்மை அறியாமலே நாம் வாழ்வதற்கு வழிகாட்டும்.

நம்மை முதலில் மனித நிலைக்கும், பிறகு மாமனித நிலைக்கும் உயர்த்தும் அதிசய ஆற்றல் நம் செயலிலும் அறிவிலும் ஏற்படும்.

இதுதான் பழைய பழக்கவழக்க நினைவில் இருந்து நம்மை விடுவித்து முன்னேறச் செய்யும் ஒரே வழியாகும்.

என்னுடைய குரு மகராஜ் சுவாமி சிவானந்த அடிகள் அடிக்கடி எங்களுக்கு என்ன போதிப்பார் தெரியுமா?

"நல்லவராக இருங்கள், நல்ல காரியங்களையே செய்யுங்கள்!" என்பதுதான்.

"நல்லவராக இருப்பதும், நல்ல காரியங்களையே செய்வதும்" மிக எளிது போலத் தோன்றும்.

ஆனால் இதை முழுமையாக வாழ்க்கையில் கடைப்பிடிக்கும் போதுதான் அது எவ்வளவு கடினமான காரியம் என்பதை உணர முடியும்.

நல்லவராக இருப்பவர் நல்லதைச் செய்ய முடியும் என்பதை மறந்துவிட வேண்டாம்.

விடாப்பிடியாக இதை ஒரு யோகப் பயிற்சியாகவே வாழ்க்கையில் கடைப்பிடித்து வந்தோமானால் ஞானக் களஞ்சியம் முழுவதும் இந்தப் பயிற்சியினால் நிறைந்திருப்பதை அனுபவித்து மகிழலாம்.

ஒவ்வொரு நாளும் நாம் ஏதாவது நல்ல காரியங்களைச் செய்திருக்கிறோமா என்பதைச் சோதித்துப் பார்க்க வேண்டும்.

நாள்தோறும் நம்முடைய சுயநலம் எவ்வளவு குறைந்திருக்கிறது என்பதைப் பார்க்க வேண்டும். நம்முடைய உடம்பையும், உள்ளத்தையும், புலன்களையும் எவ்வளவு தூரம் அடக்கி ஆள்கிறோம், என்பதையும் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

இதுதான் நமக்கு உதவி செய்யும் உண்மையான யோகப் பயிற்சியாகும்.

நாம் அடைய வேண்டிய குறிக்கோள் என்ன?

பெரு வாழ்வுக்குப் போகும் வழி என்ன?

ஆனந்தமாக, அமைதியாக இருப்பதற்கு வழி என்ன என்பதை பதஞ்சலி யோகம் நமக்குக் காட்டுகிறது.

பதஞ்சலி யோகம் காட்டும் ஞான யோக நெறியில் நாம் தீவிரமாக ஈடுபட வேண்டும்.

அப்படி ஈடுபட்டால்தான் மிக உயர்ந்த வித்தில்லாத சமாதி நிலைக்குச் செல்ல முடியும். அதாவது உலக அனுபவங்களில் ஏற்படும் சஞ்சலங்களுக்கு அறிவிலும், உணர்விலும், நினைவிலும், அனுபவத்திலும் பதிந்திருக்கும் பதிவுகளுக்கு அடிமையாகாத சமாதிதான் வித்தில்லாத சமாதி. பெரு வாழ்வைக் கொடுக்கும் சமாதி.

இந்தப் பெருவாழ்வு நம் வாழ்க்கையின் முடிவில் கிடைக்கும் சுவர்க்கத்தில் இருப்பது என்று எண்ண

வேண்டாம். இறந்த பிறகு பெறும் பேரின்பப் பெருவாழ்வு என்று எண்ணிவிட வேண்டாம்.

இந்த உலக வாழ்க்கையிலேயே, ஒவ்வொரு நாளும், ஒவ்வொரு கணமும் பேரின்பத்துடன் வாழ முடியும் என்பதற்கான பயிற்சிதான் இது.

இந்த உன்னதமான குறிக்கோளை அடைவதற்கு, பதஞ்சலி முனிவரும் அவரைப் போன்ற ஞான புருஷர்களும், இறைவனும் நமக்கு உதவுகிறார்கள். நம்மைவழி நடத்துகிறார்கள். நம்மை வாழ்த்துகிறார்கள்.

இதற்குத் தூய்மையான உள்ளத்துடன் கூடிய தியான வாழ்க்கையும், ஒளி வழிபாடும் அடிப்படையாக இருக்க வேண்டும் என்பதை மறந்துவிட வேண்டாம்.

பதஞ்சலி யோகம் சாதன பாதத்தில் கிரியா யோகத்தைப் பற்றி விளக்குகிறது. அதில் முதலில் நம் இந்திரியங்களை நெறிப்படுத்துகிற தவ யோகத்தைப்பற்றி பேசுகிறது.

அடுத்து கற்க வேண்டியவற்றை எல்லாம் கற்று செயல்படுவதற்கு உரிய புதிய உண்மைகளைப் புரிந்துகொள்வது கரண ஒழுக்கமாகிய நவ யோகம் என்று சொல்கிறது.

முடிவாக தவ யோகத்திலும், நவ யோகத்திலும், நாம் அடைகின்ற பயன்களை எல்லாம் இறைவனுக்கு அர்ப்பணம் செய்யும்படி வலியுறுத்துகிறது.

இதுதான் சிவ யோகம்.

கிரியா யோகத்தை பயில்வதற்கு எட்டு வகையான யோக அங்கங்களைப் பற்றியும், அவற்றை பயிற்சி செய்யும் முறைகளைப் பற்றியும் பதஞ்சலி முனிவர் விரிவாக விளக்கி இருக்கிறார்.

இதன்மூலமாக நம் உள்ளேயே இருக்கும் இறைவனைக் கண்டு அவன் அருளால் பெறும் கருணையால் பேரின்பத்தை அடைந்து இன்புறவும் வழிகாட்டுகிறது. உயிர்க் குலத்துக்கெல்லாம் தொண்டு செய்து பேரின்பம் பெறவும் வழிகாட்டுகிறது.

இதை இந்தக் காலத்தில் பெற முடியுமா?

பெற முடியும் என்பதை சென்ற நூற்றாண்டில் வாழ்ந்த ஞானி ஒருவர் வாழ்ந்து காட்டி இருக்கிறார்.

தாம் பெற்ற அந்தப் பேரின்ப அனுபவத்தை எழுதியும் வைத்திருக்கிறார்.

உலக உயிர்த்திரள் எலாம் ஒளிநெறி பெற்றிட
இலகும் ஐந்தொழிலையும் யான் செயத் தந்தனை

என்று ஞான யோகத்தின் மூலமாகத் தாம் பெற்ற பேற்றைப் பற்றி திருஅருட்பிரகாசர் சொல்லி இருக்கிறார்.

எனவே பதஞ்சலி முனிவரின் யோக சூத்திரங்களை ஆழ்ந்து படித்துப் பயன்பெற வேண்டும். அப்படி நான் பெற்ற பயனைத்தான் என் சீடர்களுக்குச் சொல்லி வந்தேன்.

அப்படி என் சீடர்களுக்கு உபதேசித்த பதஞ்சலி யோக விளக்க உரைகளைத்தான் என் சீடர்கள் ஆங்கிலத்தில் நூலாகத் தொகுத்து வெளியிட்டிருக் கிறார்கள்.

அவர்கள் ஆங்கிலத்தில் தொகுத்தவற்றை நான் பலமுறை படித்துப் பார்த்து எல்லாருக்கும் விளங்கும் முறையில் மேலும் மேலும் எளிமைப்படுத்தினேன். அவற்றில் சமாதி பாதத்தையும், சாதன பாதத்தையும் மட்டும் இந்த நூலில் காணலாம்.

பதஞ்சலி முனிவரின் யோக சூத்திரங்களின் உட்பொருளைத் தெரிந்து கொள்வதற்கு எனக்கு ஐம்பது ஆண்டுகள் ஆயிற்று.

பல்வேறு அறிஞர் பெருமக்களும், அவர்கள் அடைந்திருந்த பதஞ்சலி யோக ஞான அனுபவங்களும் எனக்கு கை கொடுத்து உதவி செய்தன.

பதஞ்சலி யோக விளக்க உரையை ஆங்கிலத்தில் இருந்து தமிழாக்கம் செய்வது அவ்வளவு எளிய காரியம் இல்லை.

ஆங்கில வார்த்தைகளுக்கு மொழியாக்கம் செய்வதன் மூலமாக இந்த நூலைத் தமிழாக்கம் செய்ய முடியாது.

யோகத்தின் நுட்பங்களும், யோக அனுபவ அடிப்படையும், சித்த தத்துவத்தின் குறிக்கோளும், ஆழ்ந்த இறை உணர்வும் இருந்தால்தான் பதஞ்சலி முனிவரின் சூத்திரங்களின் உண்மைப் பொருளை

விளங்கிக்கொள்ளவும் முடியும். பிறருக்கு விளக்கிச் சொல்லவும் முடியும்.

இராமலிங்கர் பணிமன்றத்தில் திருஅருட்பா ஆய்விலும், சித்த நூல்களின் பயிற்சியிலும், ஒளிநெறி பற்றிய உண்மையிலும், தொல்காப்பிய ஆராய்ச்சியிலும் சென்ற இருபது ஆண்டுகளாக ஈடுபட்டு உழைத்து வருபவர்கள் பேராசியர் ராமலிங்கமும், ராமலிங்கர் பணிமன்றச் செயலாளரும், ஓம்சக்தி ஆசிரியருமான பகீரதனும் ஆவர்.

அவர்கள் நானே தமிழில் கூறுவதுபோல மிகுந்த ஆற்றலுடன், அதே சமயத்தில் சக்திவாய்ந்த எளிய இனிய தமிழிலும் என் பதஞ்சலி யோக ஆங்கில நூலைத் தமிழாக்கம் செய்திருக்கிறார்கள்.

பதஞ்சலி முனிவரின் அனுபவங்களைச் சிக்கல் இல்லாமல் மிக எளிதாகச் சொல்லி இருக்கிறார்கள். இந்த அருமையான பணியைச் செய்திருக்கும் திரு. பகீரதன் அவர்களுக்கும், திரு. ராமலிங்கம் அவர்களுக்கும் என் வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். அவர்கள் மேலும் மேலும் ஆன்மிகப் பணியில் ஈடுபட இறைவன் அருளை வேண்டுகிறேன்.

இந்த சமயத்தில் ஞானதான வள்ளலும் - அருட்செல்வரும் - சன்மார்க்க சூடாமணியுமான டாக்டர் நா. மகாலிங்கம் அவர்களுக்கு நன்றி சொல்ல பெரிதும் கடமைப் பட்டிருக்கிறேன்.

அருட்செல்வர் மகாலிங்கம் அவர்கள்தான் என் நூல்களை எல்லாம் திரு. பகீரதன் - திரு. ராமலிங்கம் ஆகியவர்களை ஊக்குவித்து தமிழாக்கம் செய்யும்படிச் செய்தவர்.

என்னுடைய 78ஆவது பிறந்தநாள் நினைவாக இந்த நூலை வெளியிடுவதற்கு ஏற்பாடு செய்திருக்கிறார்கள். மிக குறைந்த நாட்களுக்குள் இவ்வளவு பெரிய நூலைத் தமிழாக்கம் செய்து கொடுப்பது உண்மையிலே ஒரு பகீரதப் பிரயத்தனம் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.

டாக்டர் நா. மகாலிங்கம் அவர்களின் அருள்பணி தொடர அவருக்கு எல்லா வளமும் நலமும் வழங்க வேண்டும் என்று இறைவனைப் பிரார்த்திக்கிறேன்.

பதஞ்சலி யோக நூலை மிகச் சிறந்த முறையில், மேற்கு நாட்டினரும் வியக்கும்படி வெளியிட்டிருக்கும் வானதி பதிப்பகத்தின் அதிபரும், ஆன்மிகத் துறையில் ஈடுபாடு உடையவரும், காஞ்சி பெரியவர்களின் ஆசியைப் பெற்றவரும்; ஆன்மிக நூல்களை பதிப்பித்து வெளியிடுவதில் சக்கரவர்த்தியாக விளங்கும் வானதி திருநாவுக்கரசு அவர்களையும் வாழ்த்துகிறேன். அவர்களின் அருள்பணி சிறக்கப் பிரார்த்திக்கிறேன்.

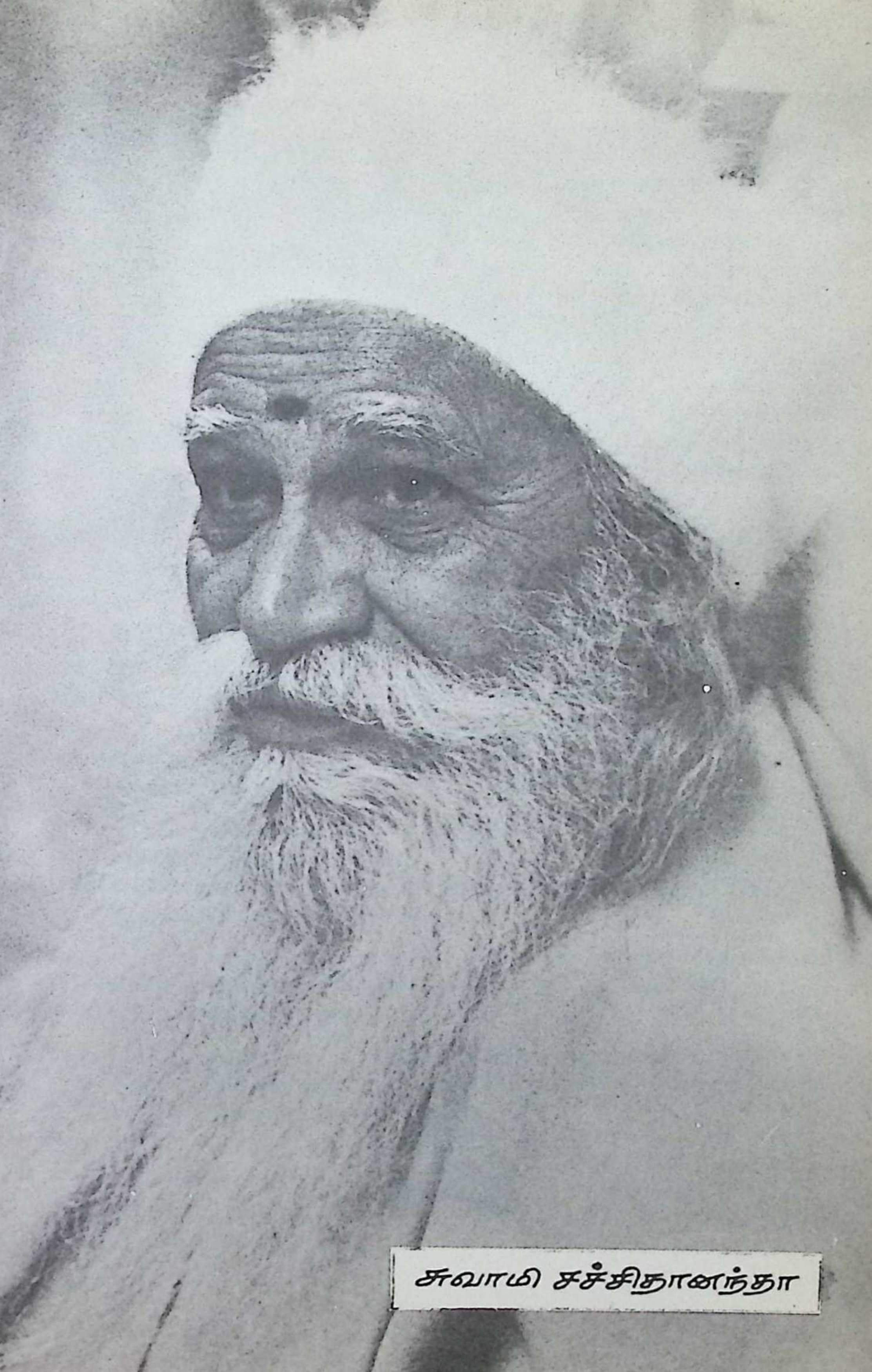
பதஞ்சலி யோக விளக்க உரை நூல் தமிழ் கூறும் நல்லுலகத்தில் ஓர் ஆன்மிக மறுமலர்ச்சியை, இறை உணர்வை ஏற்படுத்தி அவர்கள் வாழ்க்கையில் இன்பத்தையும், அருளையும் வழங்கும் என்று நம்புகிறேன்.

இறைவன், பதஞ்சலி முனிவரின் ஞானயோக நெறியை தமிழ்கூறும் நல் உலகில் வாழும் மக்களுக்கு அருள்பாலிப்பான்.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி! சாந்தி!

முகாம் — தங்கள் அன்பன்

கோவை–யோக ஒன்றிய ஆலயம் — **சுவாமி சச்சிதானந்தா**


சுவாமி சச்சிதானந்தா



அணிந்துரை

தவத்திரு சச்சிதானந்த சுவாமிகளைப் பற்றி உலக மக்கள் எல்லாரும் நன்கு அறிவார்கள்.

சுவாமிகள் யோக முறையிலேயே தம் வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொண்டு வாழ்பவர். யோகத்தைப் பற்றி உலக மக்களுக்குப் போதித்துக் கொண்டு இருப்பவர்.

சுவாமி சச்சிதானந்தா அவர்களின் யோக முறை மனித வாழ்க்கைக்குப் பயன்படும் முறையில் அமைந்திருக்கிறது.

யோகத்தின் பல பகுதிகளையும் ஒன்று சேர்த்து மனித வாழ்க்கையின் எல்லாத் துறைகளுக்கும் பயன்படும்படி செய்திருப்பதுதான் சுவாமிகளின் யோக முறையின் தனிச் சிறப்பாகும்.

சுவாமிகள் தனிப்பட்ட ஒவ்வொரு மனிதனின் எல்லா வாழ்க்கைப் பிரச்னைகளைப் பற்றியும் சிந்தித்துக் கொண்டே இருக்கிறார்.

அந்தப் பிரச்னைகளில் இருந்து மனிதன் விடுபட்டு மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பதற்கு வழிகாட்டிக் கொண்டும் இருக்கிறார்.

மனிதனின் உடல் ஆரோக்கியத்தைப் பற்றியும், உணர்வைப் பற்றியும், சிந்தனையைப் பற்றியும், அறிவைப் பற்றியும், சமுதாய வாழ்க்கையைப் பற்றியும் சுவாமிகள் சிந்தித்து வருகிறார்.

அவற்றில் எழும் பிரச்னைகளைத் தீர்ப்பதற்கும் சரியான முறையில் தீர்வு கண்டு, அதைச் செயல்படுத்திக் கொண்டும் இருக்கிறார்.

யோகத்தின் பல பகுதிகளையும் ஒன்றுபடுத்தி அமைக்கப்பட்டு இருக்கும் நிறுவனம் சுவாமிகளின் 'யோக ஒன்றியம்' ஆகும்.

அதன் தலைமை நிலையம் இப்போது அமெரிக்க நாட்டில் வர்ஜினியாவில் இருக்கிறது. இதன் கிளைகள் உலகத்தின் எல்லாப் பகுதிகளிலும் இருந்து செயல்பட்டுக் கொண்டு இருக்கின்றன.

சுவாமிகள் பயிற்றுவிக்கும் யோக முறை, பதஞ்சலி யோகத்தை மையமாகக் கொண்டது.

பதஞ்சலி யோகத்தை எல்லாரும் புரிந்துகொண்டு வாழ்க்கையில் மேற்கொள்வதற்காகவே பக்தி யோகம் முதலியவற்றை ஒன்றுபடுத்தி இருக்கிறார்.

அறிவியல் அடிப்படையிலும் சமுதாய அடிப்படையிலும் விரித்து விளங்க வைத்திருக்கிறார்.

பொதுவாக, யோகம் என்பது தியானத்தைப்பற்றி மட்டும் குறிப்பது என்று பலர் எண்ணிக்கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

சுவாமிகளின் யோகம் வெறும் தியானத்தைப் பற்றி மட்டும் போதிப்பதில்லை.

ஒரு மனிதனுடைய வாழ்க்கைப் பிரச்னைகள் எல்லாவற்றையும் தீர்க்கும் முறையில் சுவாமிகளின் 'யோகம்' அமைந்திருக்கிறது.

சுவாமிகளின் யோக ஒன்றியத் தத்துவ விளக்கங்களும், செயல்முறைகளும், இன்றைய விஞ்ஞான முறைப்படியே அமைந்திருக்கின்றன.

சுவாமிகளிடம் யோகப் பயிற்சியை மேற்கொள்ளும் மாணவர்களைச் சோதனைகளுக்கு உட்படுத்தி, தேர்ந்தெடுக்கிறார்.

அவரவர் திறமைக்கு ஏற்பவும், தேவைக்கு ஏற்பவும் யோகப் பயிற்சியை மேற்கொள்ளும்படிச் செய்கிறார்.

இதனால் சுவாமிகள் போதிக்கும் யோகத்தின் தன்மைகளையும், பயன்களையும் யோகம் பயிலும் மாணவர்கள் எளிதாகப் புரிந்து கொள்கிறார்கள்.

யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடும் ஒருவரின் வாழ்க்கைப் பிரச்னைகள் அனைத்தும் எப்படி மாறுகின்றன? அவர் வாழ்க்கையைத் தூய்மைப்படுத்தி அவரை எப்படி உயர்த்துகின்றன என்பதை சுவாமிகளிடம் யோகப் பயிற்சியைப் பெறும் மாணவர்கள் தங்கள் அனுபவத்திலேயே உணர்ந்து கொள்கிறார்கள்.

ஒரு மனிதனுடைய வாழ்க்கையின் தூய்மைதான் யோகத்தின் குறிக்கோள்.

மனிதன் விலங்கு நிலையில் இருந்து மனித நிலைக்கு உயர வேண்டும். அதற்கு ஒரு மனிதனின் உடம்பும் மனமும் ஒன்றுபட்டு இயங்க வேண்டும்.

இவை இரண்டும் சமமான ஆற்றலுடனும், தூய்மையுடனும் ஓங்கி ஒளிபெற வேண்டும்.

ஆசனம், பிராணாயாமம், பிரத்யாகாரம் என்ற மூன்றும் உடம்பைச் செம்மைப்படுத்துகிற புற யோக உறுப்புகள் ஆகும்.

மனத்தைச் செம்மைப்படுத்துகிற அக யோக உறுப்புகள், தாரணை, தியானம், சமாதி என்ற மூன்றும் ஆகும்.

சாதாரண மனிதனிடம் இந்த ஆறு உறுப்புகளும் தனித்தனியே பிரிந்து கிடக்கின்றன. இப்படிப் பிரிந்து கிடக்கும் ஆறு உறுப்புகளும் மனித வாழ்க்கையில் ஒன்றுபட வேண்டும். அப்படி ஒன்றுபட்டால்தான், மனிதன் மனிதனாக வாழ முடியும். மாமனிதனாக உயர முடியும்.

தனிப்பட்ட ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் விருப்பங்களும் இருக்கின்றன. வெறுப்புகளும் இருக்கின்றன. இன்பங்களும், துன்பங்களும் இருக்கின்றன. தோல்விகளும் வெற்றிகளும் ஏற்படுகின்றன.

இவற்றை எல்லாம் முறைப்படுத்தி உயிர்க்குலத்துக்குத் தொண்டு செய்து, அமைதியாகவும், இன்பமாகவும், திருப்தியுடனும் நிலைத்து வாழ்வதற்கு வழிகாட்டுவதுதான் யோகம்.

சுவாமி சச்சிதானந்தாவின் 'யோக ஒன்றியம்' விஞ்ஞான முறையில் செயல்பட்டு, மனித வாழ்வை உயர்த்துகின்ற ரகசியம் இதுதான்.

இந்த உண்மையை உலகம் உணர்ந்து இருக்கிறது. அவருடைய போதனையை ஏற்றுத் தம்மை உயர்த்திக் கொள்ளவும் தொடங்கி இருக்கிறது.

இருபத்தெட்டாவது வயது வரையில் நம்மைப் போன்ற சாதாரண மனிதருடைய வாழ்க்கையைப் போலத்தான் சுவாமிகளின் வாழ்க்கையும் இருந்தது.

சுவாமிகள் கொங்கு நாட்டில் செட்டிப்பாளையம் என்ற கிராமத்தில் பிறந்தவர்.

அவர் வேளாண்மையைப் பற்றிய கல்வியையும், விஞ்ஞானம், தொழில் நுட்பம் பற்றிய கல்வியையும் கற்றவர்.

வணிகத் துறையிலும், பல்வேறு தொழில் துறைகளிலும் பணிபுரிந்து கொண்டிருந்தவர்.

இந்தத் துறைகளில் இருக்கும் குறைபாடுகளை நீக்கி - அவற்றை உயர்த்தி ஒன்றுபடுத்த விரும்பினார்.

அதற்கு உரிய அடிப்படைச் செய்திகளை, பதஞ்சலி யோகம், பக்தி யோகம் முதலியவை தெரிவிக்கின்றன.

அவற்றை எல்லாம் ஒன்றுபடுத்துவதற்காக யோகத்தைத் தம் வாழ்க்கையில் முழு நேரப் பணியாக ஏற்றுக் கொண்டார்.

முதலில் யோக நூல்களைக் கொண்டு யோகத்தைத் தாமே பயின்றார்.

பிறகு இந்தியாவில் உள்ள பல சித்தர்களிடமும், ஞானிகளிடமும் சென்று யோகப் பயிற்சியைக் கற்றுக் கொண்டார்.

ராமகிருஷ்ண தபோவனத்தின் தலைவரான சுவாமி சித்பவானந்தரிடமும், திருவண்ணாமலை ரமண மகரிஷி யிடமும், புதுவை அரவிந்த ஆசிரமத்தின் சுவாமி அரவிந்தரிடமும் யோகப் பயிற்சி பெற்றார்.

1946-ஆம் ஆண்டு ரிஷிகேசத்தில் இருக்கும் சுவாமி சிவானந்தரிடம் சென்றார்.

முடிவில் சுவாமி சிவானந்த அடிகளைத் தம்முடைய குருவாகவும், ஞானயோக வழிகாட்டியாகவும் ஏற்றுக் கொண்டார்.

1949-ஆம் ஆண்டில் சுவாமி சிவானந்தரிடம் தீட்சை பெற்று, சுவாமி சச்சிதானந்தர் என்ற தீட்சா நாமத்தையும் பெற்று சிவானந்த ஆசிரம வாசியானார்.

பல ஆண்டுகள் சுவாமி சிவானந்தரிடம் ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தின் அடிப்படையில் யோகப் பயிற்சியையும், ஞானப் பயிற்சியையும், பரோபகாரப் பயிற்சியையும் பெற்றார்.

யோக ஒன்றியம் என்ற ராஜ யோகத்தை ரிஷிகேசத்தில் இருக்கும் சிவானந்த ஆசிரமத்தில் பரிபூரணமாகப் பயின்று கொண்டார்.

உலக மக்கள் எல்லாராலும் 'குருமகராஜ்' என்று பாராட்டைப்பெறும் நிலைக்கு சுவாமி சச்சிதானந்தர் உயர்ந்தார்.

இந்தக் காலக்கட்டத்தில்தான் சுவாமி சச்சிதானந்தா அவர்கள் தம் யோக ஒன்றியத்தின் பல கிளைகளை உலகம் முழுவதும் நிறுவினார். சச்சிதானந்த ஆசிரமங்களையும் உருவாக்கினார்.

சிவானந்த அடிகள் நிறுவிய தெய்விக வாழ்க்கைச் சங்கங்களையும் உலகம் எங்கும் பரப்பும் பணியில் ஈடுபட்டார்.

அதே சமயத்தில் சமய, மத சமரசத்தை உருவாக்கவும் பாடுபட்டார். அதில் வெற்றியும் கண்டார்.

இயற்கையோடு இயைந்த வாழ்க்கையை சுவாமிகள் மேற்கொண்டார்.

பதஞ்சலி யோகத்தை உலக மக்கள் பயில்வதற்கு ஏற்றபடி எளிமையாக மக்களுக்குப் போதித்தார். ஜோதி வழிபாட்டை வலியுறுத்தினார்.

உலக சமயங்களின் குருமார்கள் எல்லாரும் சுவாமிகளின் ஜோதி வழிபாட்டை ஏற்றுக்கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

வர்ஜினியாவில் தாமரை வடிவில் ஜோதி ஆலயம் ஒன்றை சுவாமிகள் நிறுவியும் இருக்கிறார்.

இந்த ஆலயம் அறுபது ஏக்கர் நிலப்பரப்பில் சுமார் நாலு கோடி ரூபாய்ச் செலவில் நிர்மாணிக்கப்பட்டது.

ஜோதி ஆலயக் கட்டடப் பணிகளை எல்லாம் சுவாமிகளின் ஆசிரமத் தொண்டர்களே ஏற்றுக்கொண்டு செய்தார்கள்.

அந்தத் தொண்டர்களில் பலர் என்ஜினியர் களாகவும், வழக்கறிஞர்களாகவும், மருத்துவர்களாகவும், பேராசிரியர் களாகவும் பணியாற்றிக்கொண்டு இருப்பவர்கள்.

இவர்கள் எல்லாரும் மது அருந்துவதில்லை. மாமிசம் உண்பதில்லை, புகை பிடிப்பதில்லை. ஏக பத்தினி விரதத்தை வாழ்க்கையில் மேற்கொண்டு இருப்பவர்கள்.

இவர்கள் எல்லாரும் தங்கள் வாழ்க்கையை யோக அடிப்படையில் அமைத்து விரிவாக்கிக்கொள்ள விரும்புகிறார்கள்.

அதனால் இவர்களை மற்ற துறவிகளைப் போல இல்லாமல் அனுபவத்தை விரிவாக்கிக் கொள்ளும் அறிஞர்களாகப் பயிற்சி கொடுத்து வருகிறார்.

யோகப் பயிற்சியில் பல துறைகளிலும் படிப்படியாக அவர்களை முன்னேறச் செய்து வருகிறார்.

எல்லா வகையான யோக மார்க்கங்களுக்கும் பொதுவான ஒரு வழிகாட்டியாக இருப்பது பதஞ்சலி யோகம் தான்.

சுதந்திர மனப்பான்மையையும், விரிந்த நோக்கத்தையும், நிலையான வாழ்க்கையையும் பதஞ்சலி யோகத்தைப் பயில்வதன் மூலமாக ஒருவர் அடைய முடியும்.

ஒரு குறிப்பிட்ட யோக முறைக்குள் சுவாமி சச்சிதானந்தா அவர்களின் யோக நுட்பங்கள் அடங்கி விடுவன அல்ல.

ஒரு குறிப்பிட்ட மதத்தைச் சேர்ந்தவர்களோ, சமயத்தைச் சேர்ந்தவர்களோ, யோக மார்க்கத்தைச் சேர்ந்தவர்களோ - சச்சிதானந்த சுவாமிகள் யோக ஒன்றிய முறைகளை மறுக்கவோ, ஒதுக்கவோ முடியாது.

எல்லாச் சமயத்தவர்களும் சுவாமிகளின் யோக ஒன்றிய முறைகளை அவரவர் நிலைமைக்கு ஏற்ப ஏற்றுக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

சுவாமிகள் பயன்படுத்துவது பொது விதிகள்தான். அவற்றை எல்லாச் சமயத்தினரும் தங்கள் தங்கள் சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப, சிறப்பு விதிகளாக மாற்றிப் பயன்படுத்திக் கொள்கின்றனர்.

எல்லாச் சமயங்களும் மேற்கொள்ளும் முறைகளுக்குப் பொது வழிகாட்டும் முறைகளாகவே பதஞ்சலி யோகத்துக்கு சுவாமி சச்சிதானந்தா விளக்கம் தந்திருக்கிறார்.

சுவாமி சச்சிதானந்தா அவர்கள் நடத்திவரும் சிறப்புக் கூட்டங்களிலும் பொதுக் கூட்டங்களிலும் பதஞ்சலி யோகத்திற்கு அவர் ஆற்றிய விளக்க உரைகள்தான் இந்த நூலில் அடங்கி இருக்கின்றன.

யோக தந்திரங்களை விளக்கும் நூல்களில் இதுதான் தலைசிறந்த நூல்.

புத்தகமாக வெளியிடுவதற்கு என்று எழுதப்பட்ட நூல் அல்ல இது.

இன்றைய மாணவர்களும் மேற்கொள்ளக்கூடிய விஞ்ஞான முறையில் பதஞ்சலி யோக சாதன முறைகள் இந்த நூலில் விளக்கப்பட்டு இருக்கின்றன.

சுவாமி அவர்களின் யோக அனுபவத்தில் எழுந்த மெய்யுணர்வுதான் பதஞ்சலி யோக விளக்க உரையாக வந்திருக்கிறது.

சுவாமி சச்சிதானந்தா அவர்கள் யோக அனுபவ உரை விளக்கம், பதஞ்சலி முனிவரின் சூத்திரங்களுக்கு உயர்ந்த, விரிவான முறையில் இன்றைய விஞ்ஞான அடிப்படையுடன் உலகுக்கு எடுத்துக் காட்டுகிறது.

வாழையடி வாழையாக வந்து கொண்டு இருக்கும் முனிவர்களின் – ஞானயோக புருஷர்களின் யோக நெறி விளக்கங்களும், வழிகாட்டுதலும் இணைந்ததாக இந்த நூல் விளங்குகிறது. நமக்கு வேண்டிய அமைதியையும், இன்பத்தையும் இந்த நூலின் மூலமாக ஒவ்வொருவரும் பெறலாம்.

எல்லாப் பொருளும் இதன்பால் உள; இதன் பால் இல்லாத எப்பொருளும் இல்லை என்று சொல்லும் அளவுக்கு பதஞ்சலி யோகத்தின் விளக்கம் இந்த நூலில் காணப்படுகிறது.

இந்த நூலைச் சிறந்த முறையில் தமிழாக்கம் செய்திருக்கும் திரு. மு. ராமலிங்கம் அவர்களுக்கும், திரு. பகீரதன் அவர்களுக்கும் என் பாராட்டுகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

வானதி பதிப்பகத்தின் உரிமையாளர் வானதி திருநாவுக்கரசு அவர்கள் மிகச் சிறந்த முறையில் இந்த நூலை வெளியிட்டு இருக்கிறார்.

இவ்வாறு நல்ல நூல்களை வெளியிட்டுக் கொண்டிருக்கும் திரு. வானதி திருநாவுக்கரசு அவர்களைத் தமிழ் மக்களின் சார்பாக வாழ்த்துகிறேன்.

ஒவ்வொரு தமிழனுடைய வீட்டிலும் இருக்க வேண்டிய ஒப்பற்ற நூல் சுவாமிகளின் பதஞ்சலி யோகம் உரை விளக்கமாகும்.

101, மவுண்ட் ரோடு, **நா. மகாலிங்கம்**
கிண்டி, **(இராமலிங்கர் பணிமன்றத் தலைவர்)**
சென்னை – 600 032.



யோகத்தின் இரகசியம்

மகாகவி பாரதி கூறுகிறார்

எறும்பு இறந்துபோன புழுவை இழுத்துச் செல்கிறது எதனால்? சக்தியினால். தூமகேது அநேக லட்சம் யோசனை தூரமான தனது வாலை இழுத்துக் கொண்டு திசைவெளியில் மஹாவேகத்தோடு சுழலுகின்றது. எதனால்? சக்தியினால். அந்த தூமகேது எழுபத்தைந்து வருஷத்தில் ஒரு மண்டலமாகத் தன்னைச் சுற்றிவரும்படி சூரிய கோளம் நியமித்திருக்கிறது. எதனால்? சக்தியினால்.

இந்த எல்லையற்ற உலகத்தை இயக்கும் சக்தி தானும் எல்லையற்றதாகும்; அநந்தமானது. அதனிலும் பெரிது. இவ்வித சக்தியை மனிதன் பாவனை செய்வதால் பலவிதப் பயன்களுண்டு. ''யத்பாவயஸி தத்டவஸி'' எதனைப் பாவிக்கிறாயோ நீ அதுவாக ஆகின்றாய்.

ஆனால், இங்ஙனம் பாவனை செய்வது லேசான காரியமென்று நினைத்து விடலாகாது. உயிர் ததும்பியதும் கனல்வதுமான சிரத்தையுடன் பாவனை செய்ய வேண்டும். பொறி பறக்கும் பக்தியுடன் தியானம் செய்ய வேண்டும். இதனை வீண்கதையென்று நினைத்து விட வேண்டாம். விடாமல் அனுஷ்டானம் செய்து பார்த்தால் இதன் பயன் தெரியும்.

ஞானிகளென்றும் யோகிகளென்றும் சொல்லப் படுவோர் இந்த சக்தியை, மனதறிந்து சில முறைகளை அனுஷ்டித்துப் பெறுகிறார்கள். ஸாமான்ய ஜனங்கள் விஷயம் தெரியாமல் இயற்கை முறையிலே சிறிது பெற்றவர்களாகின்றனர். சக்தி சிறிதும் இல்லாவிட்டால், ஒருவன் க்ஷண நேரங்கூட மூச்சு விட்டுக்கொண்டு இவ்வுலகத்தில் இருக்கமுடியாது. வெளிக்காற்றிலே உலவி அத்துடன் யோகப்படுவதால் சக்தியுண்டாகிறது. சரீரத்தை உழைப்புக்கு உட்படுத்துவதால் இடைவெளி யெங்கும் ததும்பிக் கிடக்கும் சக்தி அதனுள்ளே குடிகொள்கிறது. அறிவைப் பல விஷயங்களிலே சிரத்தையுடன் செலுத்தி உழைப்பதனால் சக்தி யுண்டாகிறது. இங்ஙனம் சிறிது சிறிது ஏற்படும் சக்தியினாலேயே தான் உலகத்தில் மனிதர்கள் ஜீவித்திருக்கிறார்கள்.

தமிழ் ஜனங்களுக்குள் சக்தி மேன்மேலும் பெருகச் செய்ய வேண்டுமென்பது நமது நோக்கம். இந்த நோக்கத்தை நிறைவேற்றும் பொருட்டாகவே நாம் உயிர் தரிக்கின்றோம். "மாதா இந்த நாட்டு ஜனங்களுக்குச் சக்தியதிகரிக்கும்படி செய்க; அக்காரியத்தை நிறை வேற்றுவதற்குரிய சக்தியை எனக்கருள் புரிக" என்று நம்மில் ஒவ்வொருவனும் தியானம் புரிய வேண்டும். ஆட்டம் ஆடுதல், கூத்து முதலியவை, மற்போர் முதலியவற்றிலே பழகுதல், பாடுதல், தர்க்கம், வாதம், தவம், பிரமசரியம், சுத்தம் முதலியவற்றில் மனித ஜாதிக்குச் சக்தி அதிகப் படுகிறது. மனம், வாக்கு, செயல் மூன்றும் சுத்தமாக இருக்க வேண்டும். உள்ளும் புறமும் மாசில்லாது செய்யப் பழக வேண்டும். பயம், சந்தேகம், சலனம் மூன்றையும் வெறுக்க வேண்டும். இதனால் சக்தியேற்படும்.

புராதன சம்பிரதாய மென்பதால் மட்டுமே ஒன்று பொய்யாய் விடமாட்டாது; புதிய தென்பதால் மாத்திரமே ஒன்றை மெய்யாகக் கொண்டு விடுதலும் பிழை. ஆராய்ந்து, அனுபவத்தால் பார்க்குமிடத்தேதான், ஒரு விஷயத்தின் மெய்ம்மையும் பொய்ம்மையும் விளங்கும். நமது முன்னோர்கள் 'யோகம்' என்றதோர் மார்க்கம் ஏற்படுத்தியிருக்கிறார்கள். இஃது ஹடயோகம், ராஜயோகம், பக்தியோகம், ஞானயோகம் என நான்கு வகைப்படும். இவற்றில் ஹடயோகந்தான் மிகக் குறைந்த பயன் தரக்கூடியது. மற்ற மூன்றிலும் அனந்த சக்திகள் பெறலாம். விஷயம் தெரியுமுன்பாக, 'இதில் பயனென்ன விளையப்போகிறது' என்று சந்தேகப்படுதல் தெளிந்தோர் செய்யும் காரியமன்று. அவற்றை ஆராய்ச்சி செய்து பார்க்க வேண்டும். அங்ஙனம் சாதனை செய்தவர்களுக்குப் பலவித அபூர்வ சக்திகளுண்டாயிருப்பதைக் கண்ணாரக் காண்கிறோம்.

நமக்கும் ஏன் இந்த சக்திகள் ஏற்படக்கூடாது? இந்த மூடத் தமோ குணத்தால் என்ன சுகங்கள் கண்டுவிட்டோம்? சோம்பராலும் அற்ப விஷயங்களிலே ஆசைகொண்டு மனதைக் கடலில் அகப்பட்ட துரும்பு போலச் சலிக்க விடுவதாலும் என்ன பேறுகள் பெற்று விட்டோம்?

துணிவு, உள்ளத்தூய்மை, ஏதாவதொரு மகத்தான லட்சியத்திலே அறிவை ஆணி கொண்டடித்தது போலப் பற்றுறச் செய்துகொள்ளுதல், லாப நஷ்டங்களிலே சிந்தனை இல்லாமை—இவைதான் யோகத்தின் இரகசியம்.



சமாதி பாதம்

முன்னுரை

பதஞ்சலி அருளிய யோகம் எட்டு அங்கங்களை உடையது. அதனால் இதற்கு "அட்டாங்க யோகம்" என்று பெயர். இதையே "ராஜ யோகம்" என்றும் சொல்வார்கள்.

யோகத்தைப்பற்றி முதன் முறையாக விளக்கிச் சூத்திரங்களாக அமைத்தவர் பதஞ்சலி மகரிஷி ஆவார்.

யோகத்தைப்பற்றி மிகக் கவனமாகத் தம் மாணாக்கர்களுக்கு முறையாகச் சொன்னவர் பதஞ்சலி முனிவர்.

பதஞ்சலி முனிவர் யோகத்தைப்பற்றி தம் மாணவர்களுக்குச் சொல்லிக் கொண்டிருந்தார். அப்போது அவருடைய மாணவர்கள் அதைச் சிறுசிறு சூத்திரங்களாக எழுதிக் கொண்டார்கள்.

சூத்திரம் என்ற சொல்லுக்கு நூல் என்று பொருள். நூல் பஞ்சினால் உருவாகியது. அதுபோல வார்த்தைகளால் உருவாக்கப்பட்டவை சூத்திரங்கள்.

சில சூத்திரங்கள் எழுவாய் பயனிலை முதலிய இலக்கண வரம்புக்குள் கூடக் கட்டுப்படாமல் இருக்கும்.

பதஞ்சலி முனிவர் அட்டாங்க யோகத்தை இருநூறு சூத்திரங்களுக்குள் மிகத் தெளிவாகச் சொல்லி இருக்கிறார்.

இதன் நோக்கம் என்ன? யோகப் பயிற்சி, யோகப் பயிற்சியின்போது ஏற்படும் தடைகள், அந்தத் தடைகளை எப்படி நீக்குவது?

யோகப் பயிற்சியினால் ஏற்படும் நுட்பமான அனுபவங்கள், அதனால் ஏற்படும் நன்மைகள் ஆகியவற்றைத் தெளிவுபடுத்தி இருக்கிறார்.



1. அத யோகானு சாஸனம் ||

இதற்கு யோகப் பயிற்சிக்கு துணை செய்கிற போதனைகள் என்பது பொருள்.

பதஞ்சலி முனிவர் யோகப் பயிற்சிக்கு வேண்டிய போதனைகளைத்தான் சொல்கிறார். அவர் தத்துவ விளக்கங்களைப் பற்றிப் பேசவில்லை.

வெறும் தத்துவம் நம் வாழ்க்கைக்கு வழிகாட்டியாக அமையாது, தத்துவச் சொற்களால் மட்டும் யோகத்தின் பலனை அடைந்துவிட முடியாது.

பயிற்சியை மேற்கொள்ளாமல் எதிலும் எந்தப் பயனையும் அடைய முடியாது.



2. யோகஸ்சித்த வ்ருத்தி நிரோதஃ ||

மன அலைகளை ஒருமைப்படுத்தி ஒரு நிலைக்குக் கொண்டு வருவதற்கு யோகம் என்று பெயர்.

யோகப் பயிற்சியினால் ஏற்படும் பயனைப்பற்றி இந்த சூத்திரத்தில் பதஞ்சலி முனிவர் விளக்குகிறார்.

புத்திசாலியான மாணவனுக்கு இந்த ஒரு சூத்திரமே போதும். மற்ற 198 சூத்திரங்கள் இந்த இரண்டாவது சூத்திரத்தின் விளக்கங்களாகவே அமைந்து இருக்கின்றன.

மன அலைகளை ஒருமைப்படுத்தி ஒருமுகப் படுத்துவதன் மூலமாக யோகத்தின் உன்னத நிலையை அடைந்துவிட முடியும்.

யோக சாத்திரம் முழுவதற்கும் இது தான் அடிப்படை.

இந்தச் சூத்திரத்தில் பதஞ்சலி முனிவர் யோகத்துக்கு உரிய இலக்கணத்தை மட்டும் கூறவில்லை.

அதற்கு வேண்டிய பயிற்சி முறையையும் சொல்லி இருக்கிறார்.

மனம் அலைந்து கொண்டே இருக்கும் தன்மையை யுடையது. மனத்தை அப்படி அலையவிடாமல் ஒருமுகப்

படுத்தும் முறையை தெரிந்து கொண்டால் யோகத்தின் பயனைப் பெற்றுவிடலாம்.

இந்த சூத்திரத்தில் இருக்கும் ஒவ்வொரு வார்த்தையின் பொருளையும் ஆராய்ந்து பார்ப்போம்.

யோகம் என்ற சொல்லுக்கு ஒருமுகப்படுத்துதல் என்று பொருள்.

மனம் ஒருமுகப்படுவதற்கு இரண்டு அடிப்படை அளவுகளையுடைய இரண்டு பொருள்கள் வேண்டும்.

யோகத்தில் எந்தப் பொருள் வேறு எந்தப் பொருளுடன் ஒன்றுபட வேண்டும்?

யோகம் என்பது யோகத்தினால் ஏற்படும் அனுபவத்தையே தெரிவிக்கிறது.

மன அலைகளை ஒருமுகப்படுத்தும்போது ஏற்படும் அசாதாரண அனுபவமே யோகம்.

மனத்தின் எண்ண ஓட்டங்களின் தொகையைத் தான் சித்தம் என்பது.

பதஞ்சலி முனிவர் மனத்தின் முழு உருவத்தைப் பற்றி என்ன நினைக்கிறார்?

'சித்தம் பல நிலைகளில் செயல்படுகிறது' என்கிறார்.

மனத்தின் அடிப்படை, அகங்காரத்தினாலும் தன் முனைப்பினாலும் அமைக்கப்பட்டு இருக்கிறது.

அகங்காரம் என்பது 'நான்' என்னும் கர்வம் தான்.

நான் என்கிற உணர்வு பகுத்து அறியும் அறிவை உண்டாக்கும் ஆற்றலும் உடையது.

அடுத்த நிலை மனம்.

வெளியில் இருக்கும் பொருள்களின் தன்மையைப் புலன்களின் வழியாகப் பற்றிக் கொள்வது மனத்தின் செயலாகும்.

ஒருவர் அமைதியாக அமர்ந்திருக்கிறார். அப்பொழுது சமையல் அறையில் இருந்து 'கமகம'வென்று மனத்தை மயக்கும் மணம் காற்றில் மிதந்து வருகிறது.

இந்தச் சமயம் மனம் அந்த மணத்தைப் பற்றி ஆராய்கிறது. 'எனக்குப் பிடித்தமான மணம் அல்லவா சமையல் அறையில் இருந்து வருகிறது!'

அந்த மணம் எந்தப் பொருளின் மணம் என்பதைப் பற்றி புத்தி பகுத்து, உணர முயல்கிறது.

'இது மெது வடையின் மணம் அல்லவா' என்று அவருக்குப் புரிகிறது! 'என்ன அருமையான மணம். என் தாயார், சென்ற பொங்கலின் போது செய்த மெதுவடையின் மணமும் இதுபோல் தானே இருந்தது!'

''ஆமாம் அதே மணம்தான்'' என்று சித்தம் தீர்மானிக்கிறது.

'அந்த மெதுவடையை இப்போதே நாம் சாப்பிட்டாக வேண்டும்' என்று அகங்காரம் துடிக்கிறது.

மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்ற நான்கும் ஒன்றுக்குப் பின் ஒன்றாகவே இயங்குகின்றன.

இந்த நான்கின் செயலும் வெகு வேகமாகச் செயல்படுவதால் இவற்றைத் தனித்தனியே பகுத்து உணர முடியாமல் ஒரே சமயத்தில் நிகழ்வது போன்ற பிரமை அவருக்கு ஏற்படுகிறது.

மெதுவடையைச் சாப்பிட்டு அனுபவிப்பதற்கு இந்தச் செயல்கள் எல்லாம் துணை புரிகின்றன.

சமையல் அறைக்குச் சென்று தாயார் செய்த மெது வடையை எடுத்துச் சாப்பிடும் விருப்பம் நிறைவேறினால் ஒழிய அவருடைய மனம் அமைதியடையாது.

மெதுவடையைச் சாப்பிட வேண்டும் என்ற விருப்பம் அவருக்கு ஏற்படுகிறது. இந்த விருப்பத்தை நிறைவேற்ற அவர் மனம் துடிக்கிறது. மெது வடையை எடுத்துச் சாப்பிட்டு அதை அனுபவித்த பிறகுதான் அவருடைய மனம் முன்போல் அமைதியாக இருக்க முடிகிறது.

பொதுவாக நாம் அமைதியாகத்தான் இருக்கிறோம்.

இதுதான் மனத்தின் இயற்கையான நிலை.

மனத்தின் இந்த இயற்கையான அமைதி சித்தத்தின் செயலால் சீர்குலைந்து விடுகிறது.

வெளி உலகில் நடைபெறும் நிகழ்ச்சிகளின் வேறுபாடுகள் எப்படி ஏற்படுகின்றன ? மனத்தின் சலனத்தினால் தான் ஏற்படுகின்றன.

பத்து வயது வரையில் ஒரு சிறுவன் தன் தந்தையைப் பார்க்கவில்லை என்று வைத்துக் கொள்வோம்.

ஒருநாள் அந்தச் சிறுவனுடைய தந்தை வீட்டின் கதவைத் தட்டுகிறார். சிறுவன் கதவைத் திறக்கிறான். எதிரில் அந்தச் சிறுவனுக்கு முன் பின் அறிமுகம் இல்லாத ஒருவர் நிற்கிறார்.

சிறுவன் அம்மாவிடம் ஓடினான். 'அம்மா வாசலில் யாரோ ஒருவர் வந்து நிற்கிறார். எனக்கு அவர் யார் என்று தெரியவில்லை' என்கிறான்.

அம்மா வாசலுக்கு வருகிறாள். பத்தாண்டுகளுக்கு முன் தன்னைவிட்டுப் பிரிந்து போன தன் கணவரைப் பார்க்கிறாள். அவளுக்கு சந்தோஷம் தாங்கவில்லை.

தன் மகனைப் பார்த்து, "இவர்தான் உன் தந்தை" என்று தன் கணவனைக் கட்டிக் கொள்கிறாள்.

சிறுவனும் "அப்பா...!" என்று அழைத்துத் தன் தந்தையைக் கட்டிக் கொள்கிறான்.

தன்னுடைய தந்தையை அதே சிறுவன் சில கணங்களுக்கு முன் யாரோ ஒரு முன்பின் தெரியாதவர் என்று எண்ணினான். இப்போதோ அவரைத் தன் தந்தை என்று கட்டிக்கொண்டு சந்தோஷமாகக் கூத்தாடுகிறான்.

இவர் திடீர் என்று சிறுவனின் தகப்பனாராக மாறினாரா ? இல்லை. சிறுவனின் தகப்பனாரேதான்.

தன் தந்தையை யாரோ ஒருவர் என்று சிறுவன் எண்ணிக்கொண்டு இருந்தான். இப்போது அவரையே தன் தந்தை என்று தன் தாயார் மூலமாகத் தெரிந்துகொண்டான். அவ்வளவுதான்.

உலகம் முழுவதும் நம்முடைய மனநிலையிலும் அதன் மாற்றத்திலும் தான் அடங்கி இருக்கிறது.

இந்த உலகத்தின் தோற்றம் முழுவதும் நம் மனத்தின் கற்பனைதான்.

ஒருசில நொடிகளில் ஒவ்வொருவரும் தாங்கள் உலகைப் பற்றி நினைக்கும் எண்ணங்களை மாற்றிக் கொள்ளவும் கூடும்.

நேற்று வரை நம் மனத்துக்கு மிக இனிய நண்பராக ஒருவர் இருக்கிறார். இன்று அதே மனம் அவரைப் பார்க்கவும் விரும்பாத பகைவராக எண்ணிக் கொள்ளவும் கூடும்.

இந்த உண்மையை ஓரளவாவது நாம் நன்கு உணர்ந்து கொண்டோமானால், வெளியில் இருக்கும் பொருள்களுக்கு அளவு கடந்த மதிப்பைக் கொடுக்க மாட்டோம்.

இதனால்தான் வெளியில் இருக்கும் பொருள்களின் மாற்றங்களைப் பற்றி யோகப் பயிற்சி உள்ள மகான்கள் கவலைப்படுவதில்லை.

“அவர் அவர் மனதுக்கு ஏற்றபடிதான் அவருடைய சுதந்திரமும், அடிமைத்தனமும் உருவாகின்றன” என்று ஒரு சமஸ்கிருத சுலோகம் சொல்கிறது.

நாம் ஒருவருக்குக் கட்டுப்பட்டதாக நினைக்கும் போது நாம் நம்மை அறியாமலே அவருக்கு அடிமையாகி விடுகிறோம்.

நாம் அவரிடம் இருந்த கட்டுப்பாட்டிலிருந்து விடுபட்டதாக நினைக்கும்போது நாம் சுதந்திர மனிதராகி விடுகிறோம்.

வெளியில் இருக்கும் பொருள் எதுவும் நம்மை அடிமையாக்குவதும் இல்லை. நமக்கு சுதந்திரம் கொடுப்பதும் இல்லை. எல்லாம் நம்முடைய மன உணர்வினால் ஏற்படுவது தான்.

புத்தாண்டு முதலிய புனித தினங்களில் நான் சிறையில் இருக்கும் கைதிகளுக்குப் போதனை செய்வதற்கு சிறைச்சாலைக்குப் போவதுண்டு.

"சகோதரர்களே! நீங்கள் எல்லாம் சிறையில் அடைபட்டு இருப்பதாக எண்ணுகிறீர்கள். விரைவில் இந்தச் சிறைச்சாலையின் பெரிய சுவர்களை விட்டு விடுதலை பெற வேண்டும் என்றும் விரும்புகிறீர்கள்.

ஆனால் உங்களைப் பாதுகாத்துக் கொண்டு இருக்கும் சிறை வார்டர்களைப் பாருங்கள். அவர்களும் உங்களைப்போல இந்த, சிறையில் தானே இருக்கிறார்கள்.

அவர்கள் இரவில் மட்டுமே தங்கள் வீடுகளுக்குச் செல்கிறார்கள். பொழுது விடிந்தவுடன் மீண்டும் இந்தச் சிறைச்சாலைக்கு வந்து விடுகிறார்கள். அதைத் தினம் நீங்கள் பார்த்துக் கொண்டு இருக்கிறீர்கள்.

அவர்கள் தினந்தோறும் சிறைச்சாலைக்கு வருவதற்கு விரும்புகிறார்கள். நீங்களோ சிறைச்சாலையை விட்டு வெளியே செல்லத் துடிக்கிறீர்கள்.

சிறைச்சாலையும், அதன் பெரிய சுவர்களும், அதன் சூழ்நிலைகளும் ஒரே மாதிரியே இருக்கின்றன.

சிறை வார்டர்களுக்கு இது சிறைச்சாலையாகத் தோன்றுவதில்லை.

உங்களுக்கு மட்டும் இது சிறைச்சாலையாகத் தோன்றுகிறது. ஏன்?

சிறைச்சாலையின் சுவர்களில் ஏதாவது மாற்றங்கள் இருக்கின்றனவா?

இல்லை. இதை 'சிறை' என்று உங்கள் உணர்வு உங்களுக்கு உணர்த்துகிறது.

சிறை வார்டர்களுக்கோ இது தங்களுக்கு உரிய தொழில் கூடமாகத் தோன்றுகிறது. சம்பாதிக்கும் இடமாக அவர்களுக்கு விளங்குகிறது.

இதுதான் அவர் அவர்கள் மனப்பாங்கில் இருக்கும் உணர்வு வேறுபாடு ஆகும்.

இதைச் சிறைச்சாலை என்று நீங்கள் எண்ணக் கூடாது. இதை நீங்கள் திருந்துவதற்கு உரிய புனித இடமாக நினைக்கவேண்டும். உங்களைத் திருத்திக் கொள்வதற்கு ஒரு

சரியான சந்தர்ப்பம் உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்டு இருக்கிறது.

உங்களையே நீங்கள் திருத்திக்கொண்டு, நீங்கள் உன்னதமான மனிதர்களாக மாறுவதற்கு இதை ஒரு வாய்ப்பாக நீங்கள் நினைக்க வேண்டும்.

இந்த உணர்வு உங்களுக்கு ஏற்பட்டால் நீங்கள் போதுமான அளவு தூய்மையடையும் வரையில் இங்கேயே இருப்பதற்கும் விரும்புவீர்கள்.

ஒருநாள் சிறை அதிகாரிகள் உங்களிடம் வருகிறார்கள். 'உங்களுடைய சிறைவாசம் முடிந்துவிட்டது. நீங்கள் விடுதலை அடைந்துவிட்டீர்கள். நீங்கள் உங்கள் வீடுகளுக்குப் போகலாம்' என்று சொன்னாலும் நீங்கள் வெளியே போக விரும்பமாட்டீர்கள்.

'நாங்கள் இன்னும் போதுமான அளவு திருந்தவில்லை. எங்கள் மனம் இன்னும் தூய்மை அடையவில்லை. அது தூய்மை அடையும் வரை தயவு செய்து எங்களைச் சிறைச்சாலையை விட்டு வெளியே அனுப்பிவிடாதீர்கள்' என்றுதான் சொல்வீர்கள்.

சிறைச்சாலையில் பல கைதிகள் தொடர்ந்து யோக வாழ்க்கையையே வாழ்கிறார்கள். அவர்கள் சிறையை விட்டு விடுதலை பெற்ற பிறகும் அவர்கள் சிறை வாழ்க்கையைத் தங்களுக்கு அளித்த பெருமக்களுக்கு நன்றி தெரிவித்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

காரணம் சிறை வாழ்க்கை தங்களைத் தூய்மைப் படுத்தி இருக்கிறது என்று நம்புகிறார்கள்.

நீங்கள் விரும்புகிறபடி உங்கள் எண்ணங்களின் வடிவங்களை ஒருமுகப்படுத்தி உங்கள் விருப்பம்போல் அவற்றைச் செயல் படுத்த முடியுமானால் வெளி உலகத்துக்கு எந்த வகையிலும் நீங்கள் அடிமையாக இருக்கமாட்டீர்கள்.

உலகம் எந்தக் குற்றமும் இல்லாதது; அது தூய்மையானது.

நீங்கள் சொர்க்கத்தை நரகமாக்கியும் கொள்ளலாம். நரகத்தைச் சொர்க்கமாகவும் மாற்றிக் கொள்ளலாம். இது

நீங்கள் உலகத்தை அணுகும் அணுகு முறையைப் பொறுத்தே அமைகிறது.

அதனால்தான் யோகம் முழுவதும் மன அலைகளை அடக்கி அதை ஒருமுகப்படுத்துவதில் அடங்கி இருக்கிறது.

மனதை அடக்கி ஆளுங்கள்.

அப்பொழுது நீங்கள் எதையும் யாரையும் அடக்கி ஆள முடியும்.

உலகில் உள்ள எதனாலும் யாராலும் உங்களை அடிமைப்படுத்தவும் முடியாது.”

இதைத்தான் —

ஞாலம் கருதினும் கை கூடும்
காலம் கருதி இடத்தாற் செயின்

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.





3. ததா த்ரஷ்டு : ஸ்வரூபேஸவஸ்தானம் ||

ஒருவர் யோகப் பயிற்சி மூலம் தம் மனத்தை ஒருமுகப்படுத்தும்போது தம்முடைய சொந்த இயல்புடன் சுதந்தரமாக விளங்குகிறார்.

ஒவ்வொருவரும் தம்முள் இருக்கும் தம்மைப் பார்க்கும் உண்மையான மனிதனாக அதாவது யோகியாக இருப்பதில்லை.

நாம் வெறும் உடம்பும் அல்ல, மனமும் அல்ல.

நாம் ஒவ்வொரு பொருளையும் பார்த்து அறிந்து கொள்கிற உயிராக இருக்கிறோம்.

நாம் ஒவ்வொருவரும் நம்முடைய உடம்பும் மனமும் நம்முன் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறதைப் பார்த்துக் கொண்டு இருக்கிறோம்.

நம்முடைய மனம் எண்ணங்களை உருவாக்குகிறது. அவற்றில் இருக்கும் வேறுபாடுகளையும் தெரிந்து கொள்கிறது. அதற்கு ஏற்பத் தீர்மானித்துச் செயல்படவும் செய்கிறது.

நம்முடைய உயிருக்கு அது தெரியும். அதனால் அதில் சிக்கிக் கொள்ள அது நம்மை விடுவதில்லை.

நம்முடைய உயிர் அழியாதது, அமைதியுடன் இருப்பது. இந்த உண்மையைப் புரிந்து கொள்வதற்கு மனம் சலனம் இல்லாமல் இருக்க வேண்டும்.

மனத்தில் சலனம் ஏற்படுமானால் அதன் இயல்பான உண்மையின் தனித் தன்மையை அதன் முழுவடிவத்தில் அதனால் தெரிந்து கொள்ள முடியாது.

இதை ஒரு உவமையின் மூலமாக உங்களுக்கு விளக்கினால் நீங்கள் எளிதாகப் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

நாம் ஒவ்வொருவரும் நம்முள் இருக்கும் உயிர்த் தன்மையைத் தெரிந்து கொள்ள விரும்புகிறோம். எப்படி ?

உங்கள் முகத்தை நீங்கள் பார்த்திருக்கிறீர்களா என்று நான் உங்களைக் கேட்கிறேன்.

முகத்தைப் பார்ப்பது முகமாதலால் உங்கள் உண்மையான முகத்தை நீங்கள் பார்க்கவில்லை என்று தான் பதில் சொல்வீர்கள்.

முகத்தை நேரில் பார்ப்பதற்கு முகத்தினால்தான் முடியும். அதாவது முகத்தில் இருக்கும் கண்களால் தான் முடியும்.

நம் முகத்தைக் கண்ணாடியில் வேண்டுமானால் பார்க்கலாம். ஆனால் அது நம் முகத்தின் உருவம்தானே ஒழிய நம்முடைய உண்மையான முகம் அல்ல.

அந்தக் கண்ணாடியில் கோடுகளும் இருக்கலாம். வளைந்த கண்ணாடியாகவும் இருக்கலாம். உட்பக்கம் வளைந்த கண்ணாடியாகவும் இருக்கலாம். அல்லது வெளிப்பக்கம் வளைந்த கண்ணாடியாகவும் இருக்கலாம்.

இப்படிப்பட்ட கண்ணாடிகளில் நம்முடைய உண்மையான முகத்தைப் பார்க்க முடியுமா ? முடியாது.

இப்படிப்பட்ட கண்ணாடிகளில் தெரியும் நம்முடைய முகம் பார்ப்பதற்குப் பயங்கரமாக இருக்கும். அல்லது பூதாகாரமாகத் தோன்றும். சிறியதாகக் காட்சி தரும். அலை

அலையாக நம் முகம் நெளிந்து கொண்டு இருப்பது போலவும் தெரியும்.

இந்த முகங்களைப் பார்ப்பதற்கு நமக்கு அருவருப்பாக இருக்காதா?

நம் முகம் பலவிதமாகத் தோன்றுவதற்கான உண்மையான காரணத்தைத் தெரிந்து கொண்டோமானால் அருவருப்பாக இருக்காது. கண்ணாடியில் தான் ஏதோ கோளாறு இருக்கிறது என்பதைத் தெரிந்து கொள்வோம்.

நாம் அந்தக் கண்ணாடிகளில் நமது உண்மையான முகத்தைப் பார்ககவில்லை. உண்மைக்கு மாறான நம் முகத்தையே பார்த்துக் கொண்டு இருக்கிறோம்.

முகம் பார்க்கும் கண்ணாடி இருக்க வேண்டிய இயல்புடனும் சுத்தமாகவும் இருந்தால் நம்முடைய உண்மையான முகத்தின் பிரதி பிம்பத்தை அதில் பார்த்து மகிழலாம்.

நம் மனம்தான் கண்ணாடி. அந்தக் கண்ணாடி தூய்மையாக இருந்தால் அதில் நமது உயிரின் உண்மை ஒளியைப் பார்க்கலாம்.

பொதுவாக நமது மனமாகிய கண்ணாடி தூய்மையாக இருப்பதில்லை. அது பல்வேறு வர்ணங்களையுடையதாக இருக்கிறது. அதனால் நம்முடைய உயிரின் உண்மையான வடிவத்தை நம்மால் பார்க்க முடிவதில்லை.

நம் மனம் தூய்மையாக இல்லாமல் இருப்பதால் நாம் தூய்மையாக இல்லை என்று சொல்லுகிறோம். நம் மனம் தூய்மையாகவும், ஒளியுடனும் இருந்தால் நாம் சுத்தமாகவும் தேஜசுடன் விளங்குவதாகச் சொல்கிறோம்.

நம் மனத்தின் பிரதிபலிப்பே நாம் நம்மைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்கிற உண்மை நிலையாகும்.

மனம் ஏராளமான அலைகளை உடையது. அலைகளை உடைய ஒரு ஏரியைப் போன்றது. அதனால் மனத்தில் நமது உயிரும் அலைந்து கொண்டு இருப்பது போன்ற தோற்றத்தையே கொடுக்கும்.

மனமாகிய ஏரியின் தண்ணீர் குழம்பியும் அதன் நிறம் வேறுபட்டும் இருந்தால் உயிரும் குழப்பமாகவும், பலவகையான நிறத்தையும் அதாவது பன்முகப்பட்ட எண்ணங்களை உடையதாகவும் இருக்கும்.

மனம் என்னும் ஏரியின் தண்ணீர் சுத்தமாகவும், அலை இல்லாமலும் அமைதியாகவும் இருந்தால், அதில் நமது உயிரின் உண்மையான ஒளி உருவத்தைப் பார்க்கலாம்.

மனம் அமைதியாக இருக்க வேண்டும். சித்தம் சலனம் இல்லாமல் இருக்க வேண்டும். அதாவது சலனம் இல்லா ஏரியில், தூய்மையான ஏரியில் நமது உண்மையான உருவத்தை நாம் தெளிவாகப் பார்ப்பது போல நம்முள் இருக்கும் உயிரின் உண்மையான ஒளி வடிவத்தைத் தூய்மையான அலையற்ற மனம் என்னும் ஏரியில் தெளிவாகக் காணலாம்.

நான் சொன்ன இந்த உவமையை நீங்கள் கேட்டீர்கள். இதைக் கேட்டவுடன் என்னைப் பார்த்து நீங்கள் கேள்வி கேட்கலாம்.

"நம் உயிர் தன்னையே தவறாக உணர்ந்திருக்க வேண்டும். அல்லது உயிர் தன்னையே மறந்து இருக்க வேண்டும் என்கிறீர்களா?" என்று கேட்கலாம்.

இல்லை. உயிர் தன்னை மறப்பதும் இல்லை. தவறாக உணர்வதும் இல்லை.

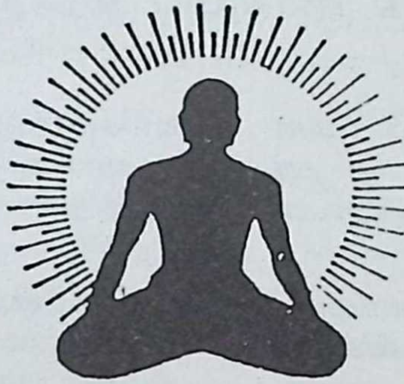
நாம் பேசுவது உயிரின் பிரதி பிம்பத்தைப் பற்றியே பேசுகிறோம் என்பதை மறந்து விடாதீர்கள்.

பிரதி பிம்பத்தின் தவறான மாற்றங்களால் உயிரிலும் தவறான மாற்றங்கள் தோன்றுவது போலக் காட்சி தருகிறது.

உயிரோ உண்மையில் தூய்மையாகவும் மாறுபாடு இல்லாமலும் இருக்கிறது.

மனத்தில் தூய்மை கெடும்போதும், மாறுபாடு ஏற்படும் போது உயிரிலும் மாறுபாடு ஏற்படுவது போலவும், தூய்மை கெடுவது போலவும் ஒரு தோற்றம் ஏற்படுகிறது.

மனம் தூய்மையாகவும் குற்றமற்றதாகவும் இருக்கும் போது உயிரும் தன்னுடைய தனித்தன்மையான குற்றமற்ற தூய்மையான அமைதியுடன் விளங்குவதை நாம் உணருகிறோம்.





4. வ்ருத்தி ஸாரூப்ய மிதரத்ர ||

நாம் நம் மன அலைகளுக்குள் சிக்கிக் கொண்டிருக்கும் போது அந்த மன அலைகளுக்கு ஏற்பவே செயல்படுகிறோம், நம்முடைய உண்மைத் தன்மையில் இருந்து விலகி விடுகிறோம்.

நம் எண்ணங்களுடனும், நம் உடம்புடனும் நம்மை நாம் இணைத்துப் பார்க்கிறோம்.

“நீ வேறு எதனோடும் உன்னை இணைத்துக் கொண்டு பார்க்காமல் இருந்தால் அப்போது நீ யார்? என்று உன்னைக் கேட்கிறேன். அதற்கு நீ என்ன பதில் சொல்வாய்?”

“நான் ஒரு மனிதன்” என்று சொல்வாய்.

இதற்கு என்ன பொருள்? நான் ஒரு ஆண் உருவத்துடன் இருக்கிறேன் என்பதுதானே!

“நான் ஒரு பேராசிரியர்” என்கிறாய்.

இதற்கு என்ன பொருள்? பல எண்ணங்களை உன் மூளையில் ஏற்றுக்கொண்டிருக்கிறாய் என்பதுதானே!

“நான் ஒரு கோடீஸ்வரன்” என்கிறாய். இதற்கு என்ன பொருள்? உன்னுடைய வங்கிக் கணக்குடன் உன்னை இணைத்துச் சொல்கிறாய் அவ்வளவுதானே!

இதுபோலவே, "நான் ஒரு தந்தை" என்கிறாய். அப்போது உன் குழந்தையுடன் உன்னை நீ இணைத்துக் கொள்கிறாய்.

"நான் ஒரு கணவன்" என்கிறாய்.

அப்போது உன் மனைவியுடன் உன்னைச் சம்பந்தப் படுத்திக் கொள்கிறாய்.

"நான் உயரமானவன், நான் குள்ளமானவன், நான் சிவப்பாக இருக்கிறேன். நான் கருப்பாக இருக்கிறேன்" என்று சொல்கிறாய்.

இப்போது உன் உடம்பின் நிறத்தையும் அளவையும் உன்னுடன் சம்பந்தப்படுத்திக் கொள்கிறாய்.

இந்த மாதிரி வேறு எதனோடும் உன்னைச் சம்பந்தப் படுத்திக் கூறாமல் 'நீ யார்' என்று எனக்குச் சொல்ல முடியுமா?

இதைப்பற்றி நீ எப்போதாவது சிந்தனை செய்திருக்கிறாயா?

இதைப்பற்றி நீ சரியாகத் தெரிந்து கொள்ளும் போது 'நாம் எல்லாரும் ஒன்று' என்ற உண்மையை உன்னால் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

இவ்வாறு உயிருக்கு வெளியே இருக்கும் எல்லாப் பொருள்களிலும் இருந்தும் உன்னை நீ பிரித்து அறிந்து கொள்ள முயலவேண்டும். அதில் நீ வெற்றி பெற்று விட்டால் உன் உள் இருக்கும் உயிரை – உயிரை இயக்கிக் கொண்டு இருக்கும் உயிருக்கு உயிராகிய இறைவனை அதன் முழு வடிவத்தில் – உண்மை வடிவத்தில் – தெரிந்து கொள்வாய்.

ஒரு உயிரை நாய் என்று சொல்கிறாய். காரணம் அந்த உயிர் நாயின் உருவத்துடன் விளங்குகிறது.

மனிதனுக்கும் நாய்க்கும் உள்ள உயிர் ஆற்றலில் வேறுபாடு கிடையாது.

இந்த உண்மை, உயிர் இல்லாத ஜடப்பொருள் களுக்கும் பொருந்தும்.

ஒரு கல்லிலோ, சுவரிலோ, ஒரே வகையான உயிர் ஆற்றல்தான் இருக்கிறது.

நான் இந்த ஜடப்பொருள்களிலும் உயிர் ஆற்றல் இருக்கிறது என்று சொல்கிறேன். அப்போது நீ அதை நம்புவதற்கு யோசனை செய்வாய்.

அதே சமயத்தில் ஒரு விஞ்ஞானி, 'இந்த ஜடப் பொருள்களில் எல்லாம் சக்தியின் ஆற்றல் இருக்கிறது' என்று சொன்னால் அதை நீ சந்தேகப்படாமல் ஏற்றுக் கொள்வாய்.

விஞ்ஞான மொழியில் சொன்னால் எங்கும் எதிலும் சக்திதான் நிறைந்திருக்கிறது.

அணுவுக்குள் கூட சக்தியின் ஆற்றல் இருக்கிறது.

ஒரே சக்தியின் ஆற்றல் வெவ்வேறு பொருள்களில் வெற்வேறு வடிவங்களில் தோன்றும்போது, அவற்றுக்கு வெவ்வேறு பெயர்களைக் கொடுக்கிறோம்.

ஒரே சக்தியின் வெவ்வேறு வடிவங்கள்தான் நாமரூப வேறுபாடுகள் ஆகின்றன.

நாம் நம்முடைய மனதை ஒருமுகப்படுத்தி எல்லாப் பொருள்களின் அடிப்படையையும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அப்போது வேறுபாட்டுக்கு எல்லாம் அடிப்படையான, மூல ஆதாரமாக இருக்கும் ஒன்றை அறிந்து கொள்ளலாம். எல்லாப் பொருள்களுக்கும் இடையில் இருக்கும் ஒருமைப்பாட்டையும் உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

இதுதான் உண்மையான யோக வாழ்க்கையின் ரகசியமாகும். இப்படிச் சொல்வதன் மூலமாக மாறுபாடுகளைக் கவனிக்காமல் இந்த உலகத்துக்குப் பயன்படாமல் வாழ்கிறோம் என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

எல்லா உலகப் பொருள்களில் உள்ள ஒற்றுமை சக்தியை நம் யோக அனுபவத்தினால் காண்கிறோம். இதனால் எல்லா உயிர்களுக்கும் பயன்படக்கூடிய மகோன்னதமான வாழ்க்கையையே நாம் வாழ்கிறோம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். இதுதான் ஆன்மநேய ஒருமைப்பாட்டு உரிமையுள்ள பரிபூரணமான வாழ்க்கையாகும்.

இந்த நிலையில்தான் நாம் நம் பக்கத்து வீட்டுக்காரரையும் மற்ற உயிர்களையும் நம் உயிரைப் போலவே எண்ணி நேசிக்க முடியும்.

இந்த ஆன்மநேய ஒருமைப்பாட்டு உரிமையை, யோக முறையை மேற்கொள்வதன் மூலமாக அல்லாது வேறு எந்த வகையிலும் அடைய முடியாது.

இரண்டு உடம்புகள் எந்த வகையிலும் ஒன்றாக இருக்க முடியாது. அவற்றிற்குள் எப்போதும் வேறுபாடு இருந்தே தீரும்.

நான் என் மனத்துடன் அதன் எண்ணங்களுடன் வாழ்ந்தால் அதைப் போலவே இன்னொருவரும் அவருடைய மனத்துடனும் எண்ணங்களுடனும்தான் வாழ முடியும்.

எந்த இரண்டு பேருடைய உடம்பும் ஒரே வகையாக இருக்க முடியாது. ஒரே மாதிரியான மனத்தையும் பெற்று இருக்க முடியாது. இரட்டைக் குழந்தையாகப் பிறந்தவர்களுக்கு இடையில் கூட இந்த வேறுபாடு இருக்கவே செய்யும்.

அரை அங்குல நீளமுள்ள கட்டை விரல்களில் கூட ஒருவருக்கு ஒருவர் ஒற்றுமை இருக்காது.

கைரேகை நிபுணர்களைக் கேட்டீர்களானால் ஒருவர் கைவிரல் ரேகையைப் போல இன்னொருவர் கைவிரல் ரேகை இருக்காது என்பதை விஞ்ஞான பூர்வமாகவே நிரூபிப்பார்கள்.

இவ்வளவு வேறுபாடு உடம்பாலும், மனதாலும் அதன் எண்ணங்களாலும் இருந்தாலும், உயிர் அளவில் எந்த வேறுபாடும் கிடையாது.

எப்போதும் மாறிக் கொண்டு இருக்கும் இந்த உலகப் பொருள்களில் ஒருபோதும் மாறாத ஒன்று இருக்கிறது. அதுதான் சைதன்யம்.

அந்த ஒன்றுகூட மாறுவது போலப் பல சமயங்களில் தோன்றும். அதற்குக் காரணம் நம் மனத்தின் சலனங்கள்தான்.

மனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவதன் மூலமாக எல்லாவற்றையும் நாம் ஒருமுகப்படுத்தி விடலாம்.

இந்த உண்மையை மட்டும் நாம் புரிந்து கொண்டோமானால் வெளி உலகில் ஒரு தவறும் இல்லை என்பதையும் தெரிந்து கொள்ளலாம். எல்லாம் நம் மனத்தின் கோளாறுதான் என்பதையும் புரிந்து கொள்ளலாம்.

நம்முடைய மனத்தை ஒருமுகப்படுத்தி விட்டால் உலகத்தில் உள்ள எல்லாப் பொருள்களிலும் ஒருமைப் பாட்டைக் காண முடியும்.

மஞ்சள் காமாலை நோய் உள்ளவனுக்கு எல்லாப் பொருள்களும் மஞ்சள் நிறம் உள்ளதாகவே காட்சி அளிக்கும்.

மஞ்சள் காமாலை நோயைப் போக்கிக் கொண்டால் தான் ஒவ்வொரு பொருளின் உண்மையான நிறமாகிய சிவப்பு, பச்சை, வெள்ளை முதலிய அதனதன் இயற்கை நிறங்களைப் பார்த்து அனுபவிக்க முடியும்.

தன்னைத்தானே உணர்ந்து கொள்வதும், தன்னை அடக்கி ஆள்வதும், சூழ்நிலைகளுக்கு ஏற்ப தன் உணர்வை மாற்றிக் கொள்வதிலும்தான் உண்மையான யோகம் அடங்கி இருக்கிறது.

இந்த யோகப் பயிற்சியில் நாம் வெற்றி பெற்றோமானால் நாம் ஒரு புதிய உலகத்தையே பார்த்து மகிழ்ந்து அனுபவிக்கத் தொடங்கி விடுவோம்.

இதனால்தான் நாம் எதையும் சார்ந்திராமல் தனித்திருக்க வேண்டும்.

அப்போதுதான் நாமே நம்மைப் புரிந்து கொள்ளவும் முடியும்.

தவறான எண்ணங்களில் இருந்தும் விடுதலை பெறவும் முடியும்.

அறிவினால் ஆகுவது உண்டோ பிறிதின் நோய்
தன் நோய்போல் போற்றாக் கடை

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.



5. வருத்தய: பஞ்சதய்ய: க்லிஷ்டாஸக்லிஷ்டா ||

மன அலைகள் ஐந்து வகைப்படும். அவற்றுள் துன்பம் தரக்கூடியவைகளும் இருக்கின்றன. இன்பம் தரக்கூடியவை களும் இருக்கின்றன.

பதஞ்சலி முனிவர் மன அலைகளாகிய விருத்திகள் ஐந்து வகைப்படும் என்கிறார். இந்த ஐந்து வகைகளையும் இரண்டு பகுதிகளாகப் பிரித்தும் விளக்குகிறார்.

அவற்றுள் ஒரு பகுதி துன்பங்களைக் கொடுக்கக் கூடியது. மற்றொரு பகுதி இன்பங்களை வழங்கக் கூடியது.

நாம் கவனத்தில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டிய விஷயம் ஒன்று இதில் இருக்கிறது. பதஞ்சலி முனிவர் நம் எண்ணங்களை இரண்டாகப் பிரிக்கவில்லை. அவற்றின் அடிப்படையான மன அலைகளையே ஐந்தாகவும் அவற்றையே இரண்டாகவும் பிரித்து விளக்குகிறார்.

இன்பம் தரும் எண்ணங்கள் கூட முடிவில் துன்பத்தைக் கொடுக்கலாம்.

தொடக்கத்திலேயே ஒரு எண்ணம் அதன் முடிவில் இன்பத்தைக் கொடுக்குமா, துன்பத்தைக் கொடுக்குமா என்பதைப் புரிந்து கொள்ள முடியாது.

சில எண்ணங்கள் துன்பத்திலேயே தொடங்கும். ஆனால் முடிவில் அவை இன்பத்தைக் கொடுத்து நம்மை மகிழ்விக்கும்.

வேறு சில எண்ணங்கள் இன்பமாகத் தொடங்கும். முடிவில் நம்மைத் துன்பத்தில் ஆழ்த்திவிடும்.

மற்றவர்கள் துன்பப்படும்போது நாம் அவர்களுடைய துன்பங்களில் பங்கு கொள்கிறோம். அப்போது அது நமக்குத் துன்பமாகவே இருக்கிறது.

அவர்களுடைய துன்பங்களில் பங்கு கொள்வதுடன் நிற்காமல் அவர்கள் துன்பங்களைத் துடைக்க உதவி செய்கிறோம். அவர்கள் துன்பங்கள் நீங்குகின்றன. அப்போது நமக்கு இனம் காண முடியாத இன்பமும், எழில் மிக்க அமைதியும் ஏற்படுகின்றன. அது மட்டுமா? நாம் இதுவரை அறிந்து கொள்ள முடியாத பல இயற்கை உண்மைகளையும் அறிந்து கொள்கிறோம். எல்லையற்ற அமைதியையும் அடைகிறோம்.

துன்பம் தருவன, இன்பம் தருவன என்ற இந்த இரண்டு வார்த்தைகளுக்குப் பதிலாக வேறு இரண்டு வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்தினால், இந்த அனுபவத்தின் ரகசியத்தைத் தெளிவாக விளங்கிக் கொள்ள முடியும் என்று நினைக்கிறேன்.

தன்னலமுடைய எண்ணங்கள், தன்னலமற்ற எண்ணங்கள் என்பதுதான் அந்தப் புதிய இரண்டு வார்த்தைகளாகும்.

தன்னலமுடைய எண்ணங்கள், தன்னலமற்ற எண்ணங்கள் என்பதுதான் அந்தப் புதிய இரண்டு வார்த்தைகளாகும்.

தன்னலமுடைய எண்ணத்தின் காரியங்கள் முடிவில் துன்பத்தையே கொடுக்கும்.

ஒரு பொருளை நேசிக்கிறீர்கள், அல்லது ஒரு மனிதரைக் காதலிக்கிறீர்கள். அது ஆரம்பத்தில் உங்களுக்கு இன்பத்தைக் கொடுக்கிறது.

உங்களில் பலர் உங்கள் அனுபவத்தில் இதை உணர்ந்திருப்பீர்கள். நீங்கள் நேசித்த பொருள்களோ அல்லது காதலித்த மனிதர்களோ நீங்கள் விரும்பியபடி உங்களால்

அடைய முடியாதபோது துன்பங்களையும், பொறாமையையும், வெறுப்பையும், மகிழ்ச்சி இன்மையையும் அடைந்து வேதனைப்படுவதை நீங்களே அனுபவித்திருப்பீர்கள்.

ஏன் ?

நீங்கள் நேசித்ததும், காதலித்ததும் உங்கள் சுய இன்பத்தை விரும்பியே செய்ததினால்தான். நீங்கள் எதிர்பார்த்தது பணமாகவோ, புகழாகவோ, புலன் இன்பமாகவோ இருந்திருக்கலாம்.

இப்படி நீங்கள் எதிர்பார்த்தவை எல்லாம் நிலைத்து இருக்கக் கூடியவை இல்லை, நிலையான இன்பங்களைக் கொடுப்பனவாகவும் இல்லை.

காதல் செய்வது முதலில் இன்பமாகத் தோன்றும். அது அப்பட்டமான சுயநலமாக ஒருதலைப்பட்சமாக இருக்கும்போது, அது முடிவில் துன்பத்தையே கொடுக்கும்.

ஒரு விஷயத்தில் நமக்குக் கோபம் ஏற்படுகிறது. கோபத்தை உண்டாக்கும் இந்த எண்ணங்கள் ஆரம்பத்தில் நமக்குத் துன்பமாகவே இருக்கும்.

எந்த விஷயத்துக்காகக் கோபப்படுகிறோமோ அந்த விஷயத்தில் அல்லது அந்த விஷயத்தைச் செய்ய வேண்டிய மனிதரிடத்தில் நமக்குச் சுயநலம் துளிகூட இல்லை என்று வைத்துக் கொள்வோம்.

ஆரம்பத்தில் கோபப்பட்ட நம்மைப் பார்த்து நம் கோபத்துக்கு உள்ளானவர் நம்மை வெறுக்கவும் செய்வார்.

கோபத்துக்கு ஆளான மனிதர் அதைப்பற்றிச் சிந்தித்துப் பார்த்துத் தம்மைத் திருத்திக் கொள்ளும் போது அவர் வாழ்க்கையில் இன்பத்தையும், செல்வத்தையும் பெற்று மகிழ்ச்சி அடைகிறார்.

வகுப்பில் ஒரு மாணவர் மீது ஆசிரியர் கண்டிப்பாக இருக்கிறார். அதில் அவருக்கு சுயநலம் இல்லை. மாணவன் திருந்த வேண்டும், கெட்டிக்கார மாணவனாகத் திகழ வேண்டும் என்பதுதான் அவருடைய நோக்கம். காலப்போக்கில் உபாத்தியாயரின் கண்டிப்பால் மாணவன் திருந்திவிடுகிறான். எல்லாப் பாடங்களிலும் முதல் வகுப்பில் தேறவும் செய்கிறான்.

இதனால் ஆசிரியரும் மாணவரும் முடிவில் சந்தோஷப் படுகிறார்கள்.

எண்ணம் எதுவாக இருந்தாலும், அதில் சுயநலம் மட்டும் இல்லாவிடில் அதனால் எந்தத் தீமையும் ஏற்படாது.

முடிவில் அது துன்பத்தையும் கொடுக்காது. இன்பத்தையும் கொடுக்காது. ஆனால் எல்லையற்ற அமைதியைக் கொடுக்கும்.

இந்த உண்மையை நாம் உணர்ந்து கொண்டு நம் எண்ணங்களை ஆராய்ந்து பார்க்க வேண்டும். எந்தக் காரியத்திலும் தன்னலம் இல்லாமல் செயல்படுவதற்கு நாம் பயிற்சி செய்து கொள்ள வேண்டும்.

இதுதான் நம் வாழ்க்கையில் முக்கியமான முதல் கடமையாகவும் இருக்க வேண்டும்.

மனத்தை ஒருமுகப்படுத்தும் பயிற்சியை மேற்கொள்வதன் மூலமாக இதில் வெற்றி பெறலாம்.

"தியானப் பயிற்சியினாலும் யோகப் பயிற்சியினாலும் அடையும் பயன் என்ன? மனத்தில் எந்த எண்ணமும், ஏற்படாமல், அதை வெறும் வெட்ட வெளியாகச் செய்து கொள்வதுதான்" என்று சிலர் சொல்கிறார்கள்.

மனத்தில் எந்த எண்ணமும் இல்லாமல் ஒருமுகப் படுத்துவது, அதை வெட்ட வெளியாகச் செய்வது அவ்வளவு எளிய காரியமல்ல.

பலர் இதில் முயன்று தோல்வி அடைந்திருக்கிறார்கள்.

ஒருமுறை மனத்தை எண்ணங்களுக்கு அடிமை யாகாமல் அதை ஒருமுகப்படுத்திவிட்டால், மனத்தில் இருக்கும் தீய எண்ணங்களை அகற்றிவிட்டால் யோகப் பயிற்சியிலோ, தியானப் பயிற்சியிலோ நீங்கள் வெற்றி பெற்று விட்டீர்கள் என்று சொல்லலாம்.

நீங்கள் எண்ணுகிறபடி மனத்தை ஒருமுகப்படுத்து வதோ, தீய எண்ணங்களைப் போக்கி வெட்ட வெளியாக்கு வதோ அவ்வளவு எளிய காரியம் அல்ல.

பலர், ''என் மனத்தில் தீய எண்ணங்களே இல்லாமல் வெட்ட வெளியாகச் செய்துவிட்டேன்'' என்று சொல்கிறார்கள்.

அவர்கள் மனம் தீய எண்ணங்களில் இருந்து விலகி, வெட்ட வெளியாக இருக்கிறது என்பதை அவர்கள் எப்படித் தெரிந்து கொண்டார்கள்?

அவர்களால் அதை எப்படி உணர்ந்து கொள்ள முடிந்தது?

மனத்தில் இருந்தும் பல எண்ணங்களைப் போக்கி மனத்தை வெட்ட வெளியாக்கிவிட்டேன் என்று உணர்வதும் சொல்வதும் கூட ஒரு எண்ணம் தானே?

மனத்தில் இருக்கும் பல்வேறு எண்ணங்களை நீக்கி விட்டோம் என்றாலும் மனம் வெட்ட வெளியாகிவிட்டது என்ற ஒரு எண்ணம் மட்டும் நம்மிடம் இருந்து கொண்டுதானே இருக்கிறது.

இது மனம் எண்ண அலைகளில் இருந்து முழுவதும் விடுபட்ட நிலையாகுமா? ஆகாது.

இதுபோன்ற சந்தர்ப்பங்களில் ஒரு யோக தந்திரத்தைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

அது என்ன? நம்மிடம் இருக்கும் உடன்பாட்டு எண்ணத்தை மட்டும் உறுதியுடன் பற்றிக் கொண்டு, எதிர் மாறான எண்ணங்கள் எல்லாவற்றையும் ஒதுக்கி விட முயல வேண்டும்.

''நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பினால் சிந்தியுங்கள். அதனால் ஒரு கெடுதலும் ஏற்படாது.

''உங்களுக்குத் துன்பம் தரக்கூடிய எண்ணங்களை நீங்கள் வளர்த்துக் கொள்வீர்களானால் அதனால் நீங்கள்தான் பாதிக்கப்படுவீர்கள்.

''நீங்கள் சுயநலம் உடையவர்களாக இருந்தால் முடிவில் அதனால் நீங்கள் துன்பப்பட்டே ஆக வேண்டும்.

''நான் உங்களின் அழிவுக்குக் காரணமாக இருக்க விரும்பவில்லை. நான் உங்கள் நலத்தை விரும்பும் சுயநலமற்ற உண்மையான நண்பன்.

‘‘உங்கள் வாழ்க்கையில் நீங்கள் அமைதியாயும், இன்பமாகவும் வளமுடன் வாழ வேண்டும் என்று விரும்புகிறேன். எனவே நான் சொல்வதைத் தயவு செய்து கவனித்துக் கேளுங்கள்.

‘‘உங்கள் மன அமைதியைக் கெடுக்கக்கூடிய எண்ணங்களில் நீங்கள் ஈடுபடாதீர்கள்.

தன் நலத்தை மறந்துவிடுங்கள். மற்றவர்கள் இன்பமாக வாழ்வதற்கு வேண்டிய காரியங்களை உங்களால் முடிந்த அளவு செய்யுங்கள்.’’

இவ்வாறு உங்கள் வாழ்க்கையை நீங்கள் அமைத்துக் கொள்வீர்களானால் நீங்கள் தான் இந்த உலகில் மிக மகிழ்ச்சியுடனும், அமைதியுடனும் வாழக்கூடிய வாய்ப்பைப் பெற்றவர்கள்.

மற்றவர்கள் இன்பமாகவும் அமைதியாகவும் இருப்பதைப் பார்க்கும்போது, நீங்களும் உங்களை அறியாமலே இன்பத்தைப் பெறுவீர்கள்.

மற்றவர்களுடைய வாழ்க்கையில் அவர்கள் இன்பத்துடனும், அமைதியுடனும் வாழ முடியாமல் செய்து வருபவர் தம்முடைய வாழ்க்கையில் ஒருபோதும் இன்பத்தையும், அமைதியையும் பெறவே முடியாது.

நீங்கள் இன்பமாக வாழ வேண்டுவதற்காகவாவது மற்றவர்கள் இன்பமாக வாழ்வதற்கு உதவி செய்யுங்கள்.

‘‘நான் தன்னலமுடையவனாகவே இருக்க விரும்புகிறேன். நான் என் சுயநலத்தைப் பேணாமல் எப்படி இருக்க முடியும்?’’ என்று கேட்கலாம்.

நீங்கள் தன்னலமுடையவர்களாக இருக்க விரும்பினால் இருங்கள். அதே சமயம் உங்கள் வாழ்க்கையில் அமைதியும், இன்பமும் கெடாமல் இருக்கும்படி கவனமாக இருங்கள்.

இந்த மாதிரியான தன்னலத்தில் கெடுதல் ஒன்றும் இல்லை. காரணம் நீங்கள் வேறு யாருடைய வாழ்க்கையிலும் குறுக்கிட்டு அவர்கள் இன்பத்தையும் அமைதியையும் குலைக்கவில்லை.

அதற்குப் பதிலாக நீங்கள் விரும்புகிற அமைதியையும் இன்பத்தையும், மற்றவர்களும் தங்கள் வாழ்க்கையில் அடையும்படி செய்கிறீர்கள்.

தன்னல வாழ்க்கை, தன்னலமற்ற வாழ்க்கை என்ற இரண்டு வகையான செயல்பாடுகளும் நம்முடைய ஒவ்வொரு நாள் வாழ்க்கையிலும் ஏற்பட்டுக் கொண்டு இருக்கின்றன.

தன்னல வாழ்க்கை நமக்குத் துன்பத்தைத் தரக்கூடியது. தன்னலமற்ற வாழ்க்கை நமக்கு இன்பத்தையும், அமைதியையும் கொடுக்கக் கூடியது.

நம்முடைய வாழ்க்கை தன்னலமுடைய வாழ்க்கையா? இல்லை தன்னலமற்ற வாழ்க்கையா என்பதை எப்படித் தெரிந்து கொள்வது?

நம்முடைய மனத்தில் எண்ணங்கள் தோன்றும் போது அது எத்தகைய எண்ணங்கள் என்பதை மிகக் கவனமாகக் கவனித்துப் பார்க்க வேண்டும்.

இதன் மூலமாக நம் மனத்தில் ஏற்படும் எண்ணங்களைப் பகுத்தறியும் பயிற்சியைப் பெறுகிறோம்.

இதுதான் யோகப் பயிற்சியாகும்.

நம்முடைய எண்ணங்களைக் கவனமாகப் பார்த்துப் பகுத்தும் தொகுத்தும் அறிவதுதான் யோகப் பயிற்சி.





6. ப்ரமாண — விபர்யய — விகல்ப — நித்ரா — ஸ்ம்ருதய: ||

அளவுடன் செயல்படுத்தும் அறிவு; ஒன்றை மற்றொன்றாகத் திரித்து உணர்தல்; அர்த்தமற்ற வார்த்தைகளில் மயங்குதல்; தூக்கம், நினைப்பு ஆகிய இவை தாம் ஐந்து வகையான மன அலைகள் என்று தம் யோக அனுபவத்தின் மூலமாகச் சொல்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

இந்த ஐந்தையும் ஒன்றன்பின் ஒன்றாக விளக்கிச் சொல்கிறார். இதையே –

மனத்துள் அதுபோலக் காட்டி ஒருவர்க்கு -
இனத்து உலதாகும் அறிவு

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.



7. ப்ரத்யக்ஷானுமானாகமா: ப்ரமாணானி ||

சரியான அறிவின் அடிப்படை, காட்சி அளவு, கருத்து அளவு, உரை அளவு என்று மூன்று வகைப்படும்.

ஒரு பொருளை நேரில் பார்த்து அறிவதுதான் காட்சி அளவு என்று பதஞ்சலி முனிவர் சொல்கிறார்.

ஒரு பொருளை நேருக்கு நேராகப் பார்க்கும்போது அந்தப் பொருளைப் பற்றி எந்தவிதமான சந்தேகமும் நமக்கு ஏற்படாது.

சரியான அறிவைப் பெறுவதற்கு இதுதான் முதல் வழி.

அடுத்தது கருத்தளவு, அதாவது ஊகித்து அறிதல். ஒரு நிகழ்ச்சியைப் பார்த்து இன்னொரு நிகழ்ச்சியைப் பற்றி ஊகிப்பது.

புகையைப் பார்த்ததும் அங்கு நெருப்பு இருக்கிறது என்று ஊகிக்கிறோம். ஏனென்றால் நெருப்பு இல்லாமல் புகை தோன்ற முடியாது.

பசுவிடம் பால் கறப்பதைப் பார்க்கிறோம். இதனால் பசு பால் கொடுக்கக்கூடியது என்று தெரிந்து கொள்கிறோம்.

எல்லாவற்றையும் நாம் பார்ப்பதில்லை. ஆனால் ஒன்றைக் கொண்டு மற்றதை ஊகித்து அறிந்து கொள்கிறோம்.

சரியான அறிவைப் பெறுவதற்கு மூன்றாவது வழி ஒன்று இருக்கிறது.

நாம் ஒரு பொருளை நேரில் பார்ப்பதுமில்லை.

ஊகித்து அறிந்து கொள்ளும் வாய்ப்பும் நமக்குக் கிடைப்பதில்லை.

இன்னொருவர் தாம் பார்த்ததையும் ஊகித்ததையும் அறிந்ததையும் நமக்குச் சொல்கிறார், இதுதான் உரை அளவு.

உரை அளவு என்று நாம் எதை நினைக்கிறோம்.

தீர்க்கதரிசிகளும், முனிவர்களும், சித்தர்களும் தங்கள் அனுபவத்தில் கண்டு உணர்ந்து நமக்குப் போதித்த போதனைகளையே உரை அளவு என்கிறோம்; அவைதான் வேதங்களாகவும், ஆகமங்களாகவும் விளங்குகின்றன.

அவர்கள் தங்கள் வாழ்க்கையில் அனுபவித்த உண்மைகளைத் தான் சொல்லி இருக்கிறார்கள். அதனால் அவற்றை நாம் நம்புகிறோம்.

ஒருவர் யோகப் பயிற்சி செய்ய விரும்புகிறார். ஒரு குருவை நாடி அதைத் தமக்குப் போதிக்கச் சொல்கிறார். அந்தக் குரு வேதங்களில் இருப்பவற்றைத்தான் அவருக்குப் போதிக்கிறார்.

நான் சொல்லுகிறேன் என்பதற்காக இதைச் செய் என்று எந்தக் குருவும் சொல்லமாட்டார்.

யோகிகள் தங்கள் அனுபவத்தில் கண்டு கூறி இருக்கும் வழியைத்தான் அவர் கூறுவார்.

பழைய வேதங்களும் அந்த வழியைத்தான் சொல்லுகின்றன.

காரணம் சத்தியம் ஒன்றுதான். அதில் வேறுபாடு கிடையாது.

முழுவதும் புதிதாகச் செய்கிற எதுவும் யோகம் அல்ல.

இந்தக் காலத்தில் புதிதாகச் செய்யும் காரியங்களில் தவறுகள் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு.

இன்று மிகச் சிறந்ததாகப் போற்றக்கூடிய ஒரு காரியம், நாளைக்குப் பெரும் அழிவைத் தரும் காரியமாக மாறிவிடலாம்.

முடிவானது இதுதான் என்று யோகப் பயிற்சி இல்லாத யாராலும் எதையும் உறுதியாகச் சொல்லிவிட முடியாது.

வேதங்களின் மூலமாகத்தான் தீர்க்கதரிசிகள், முனிவர்கள், சித்தர்கள் வார்த்தைகள் கூட நிரூபிக்கப் படுகின்றன.

வேதங்களைக் காலத்துக்கு ஏற்ப மாற்றிவிடமுடியாது.

அடிப்படை உண்மைக்கும், அதைப் போதிக்கும் முறைகளுக்கும் உள்ள வேறுபாட்டை நன்றாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

உண்மையை ஒரு கருவியின் மூலமாகவோ, ஒரு விஷயத்தின் மூலமாகவோ தான் போதிக்க முடியும்.

ஆன்மாவைப் பற்றிய உண்மையில் எந்த வேறுபாடும் இல்லை.

ஆன்மாவைப் பற்றிய உண்மையை, அதைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள விரும்புகிறவர்களுக்கு ஏற்பவும், சூழ்நிலைக்கு ஏற்பவும் சொல்லுகின்ற வார்த்தைகளிலும், வடிவத்திலும், முறையிலும் வேண்டுமானால் வேறுபாடுகள் இருக்கலாம்.

அவ்வப்போது செய்யப்படும் செயற்பாடுகள் வேறு படலாம். போதிப்பதற்காக உபயோகப்படுத்தும் சொற்களும் மாறுபடலாம்.

ஆனால், சத்தியம் எப்போதும் மாறப்படுவதில்லை. காரணம் சத்தியம் எல்லாக் காலங்களிலும் மாறுபாடு இல்லாத நிலையைப் பெற்று இருக்கிறது.

ஒரு கட்டிடத்தின் அடிப்படை அதற்குரிய முறையில் இருந்தே ஆக வேண்டும். ஆனால், கட்டடத்தின் தோற்றங்களில் வேண்டுமானால் மாறுதல்கள் இருக்கலாம்.

உலகத்தில் உள்ள எல்லா மதங்களின் வேதங்களுக்கும் அடிப்படையான இயற்கை உண்மை ஒன்றுதான்.

ஒரு மனிதன் சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப உடைகள் அணிந்து கொள்வது போன்ற தற்காலிக வேறுபாடுகளை வேதங்களில் உள்ள சத்திய போதனைகளில் காணலாம்.

விளையாடப் போகும்போது அலுவலகத்துக்குச் செல்லும் உடையை ஒருவர் உடுத்துவதில்லை.

அலுவலகத்துக்குச் செல்லும்போது விளையாடச் செல்லும் உடையை ஒருவர் உடுத்திக் கொள்வதில்லை.

இந்த இரண்டு வகை உடைகளையும் ஒரு நாடகத்தில் பெண்ணாகவும் மாப்பிள்ளையாகவும் தோன்றி நடிக்கும் போது உபயோகப்படுத்த முடியாது.

இந்த இரண்டு உடைகளில் எந்த உடையையும் அணிந்து கொண்டு கடற்கரைக்குச் சென்று உல்லாசமாகக் காற்று வாங்க முடியாது.

ஆனால், இந்த உடைகளை எல்லாம் உடுத்திக் கொள்கிறவர் மட்டும் ஒரே மனிதர்தான்.

பல்வேறு உடைகளை உடுத்திக் கொண்டு ஒரு மனிதன் பல மாதிரி தோற்றமளித்தாலும் அந்த மனிதன் மட்டும் மாறுபாடு இல்லாது இருக்கிறான். அதுபோலத் தான் உலகத்தில் இருக்கும் மதங்களின் வேத வார்த்தைகளில் மாறுதல்கள் இருந்தாலும் அவற்றின் அடிப்படையான இயற்கை உண்மை ஒன்றுதான்.

“தியானத்தில் மிகக் கவனமாக இரு. மனத்தைப் பகுத்தும், தொகுத்தும் உணர்ந்துகொள். தர்மத்தில் இருந்து மாறாமல் வாழ்க்கையை நடத்தப் பழகிக் கொள்” என்று குரு தம் மாணவருக்குப் போதிக்கிறார்.

இந்த அடிப்படை உண்மையைத்தான் உலகத்தில் இருக்கும் எல்லா மதங்களின் வேதங்களும் கூறுகின்றன.

“யோகத்தின் பெயரால் நீங்கள் ஒரு நாளைக்குப் பத்துப் பொய்களையாவது சொல்ல வேண்டும்” என்று நான்

சொல்கிறேன் என்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இதுதான் இன்றைய நவ நாகரிக யோகம். இதை நம்புங்கள்.

நான் எதைச் சொன்னாலும் நீங்கள் நம்புவதில்லை. அதை எங்களுக்கு நிரூபித்துக் காட்டுங்கள் என்று என்னைக் கேட்கலாம்.

இதற்கு நான் வேதங்களில் இருந்து மேற்கோள் காட்டி உங்களை நம்பச் செய்யலாம்.

வேதங்களில் இருந்து ஆதாரங்கள் காட்டி உங்களை நம்பும்படி செய்ய முடியாவிட்டால் என்னிடம் ஏதோ குறை இருக்கிறது என்று நீங்கள் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

இதனால்தான், "யார் சொல்வதையும் கண்ணை மூடிக்கொண்டு நம்பக்கூடாது. அவர்களைப் பின்பற்றவும் கூடாது" என்று சொல்கிறேன்.

உங்களுக்கு ஏதாவது சந்தேகம் வந்தால் எந்த வேத நூல்களிலாவது அதற்கு ஆதாரம் தேடித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

வேத நூல்களில் உங்களுக்குச் சரியான விளக்கம் கிடைக்குமானால் நீங்கள் கண்ணை மூடிக்கொண்டு அதைப் பின்பற்றலாம்.

இந்த முறையைக் கடைப்பிடித்து காட்சி அளவு, கருத்து அளவு, உரை அளவு ஆகிய மூன்று வழிகளின் மூலமாக உங்கள் அறிவை நீங்கள் பெருக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

நீங்கள் பெறும் அறிவு தூய்மையானதா, தூய்மை யற்றதா என்பது அவ்வளவு முக்கியமல்ல. நீங்கள் அடையும் அமைதியும் இன்பமும் தான் மிக முக்கியமானது.

நம் எண்ணங்களைத் தூய்மைப் படுத்துவதற்கு முன் ஒவ்வொன்றையும் ஆராய்ந்து தூய்மையற்ற எண்ணங்களை நம்மிடமிருந்து விலக்க வேண்டும்.

எல்லாக் கெட்ட எண்ணங்களையும் ஒரே சமயத்தில் தள்ளி, எண்ணங்களைத் தூய்மைப்படுத்திவிட முடியாது.

அப்படி நான் ஒரு காரியத்தை என் ஆசிரமத்தில் செய்ய முயன்றேன். அப்போது என் சீடர்கள் அவ்வாறு செய்யாதீர்கள் என்று என்னைக் கேட்டுக்கொண்டார்கள்.

"சுவாமிஜி! ஒரு கூடையில் பேப்பர்களையும், இன்னொரு கூடையில் பாத்திரங்களையும், இன்னொரு கூடையில் காய் கறிகளையும் போடுங்கள். எல்லாவற்றையும் ஒரே கூடையில் போட்டு விடாதீர்கள்" என்று என் சீடர்கள் என்னைக் கேட்டுக் கொண்டார்கள்.

ஏன் அப்படிக் கேட்டுக் கொண்டார்கள்?

வேண்டாத பேப்பர்களை எரித்து விடலாம். அழுகிப் போன கறிகளை எரிக்க முடியுமா? அதைத் தோட்டத்திற்கு எருவாகத்தான் போட வேண்டும்.

எனவே பயன்படாத பொருள்களை ஒன்றாக ஒரே இடத்தில் போடக் கூடாது. அவற்றைக் கூட எது எதை எங்கு போட வேண்டுமோ அங்கு அங்குதான் போட வேண்டும்.

வேண்டாத பொருள்களைக்கூடத் தனித்தனியே பிரித்து வைத்திருந்தோமானால் அவற்றை வெளியே எறியும் போது எளிதாக இருக்கும். வெளியே எறிய விரும்பிய பொருள் பயன்படும் பொருள்களாகவும் மாறும் வாய்ப்புகள் ஏற்படும்.

இதுபோலத்தான் நம்முடைய மனத்தில் தோன்றும் எண்ணங்களையும் பகுத்தும் தொகுத்தும் வேண்டாதவற்றை முறையாகவே விட முயல வேண்டும்.

மனத்தில் தோன்றும் வேண்டாத எண்ணங்களை எல்லாம் அடியோடு நீக்க வேண்டியதுதான். அப்போது தான் மன அலைகளை ஒருமுகப்படுத்த முடியும்.

வேண்டாத எண்ணங்களை விலக்குவதற்கு முன்னால் அவற்றைத் தொகுத்தும், பகுத்தும் உணர்ந்து கொள்வது மிகவும் அவசியமானது. அப்போதுதான் வேண்டாத எண்ணங்களை விலக்குவது எளிதாக இருக்கும்.

காரணம். சிறிது சிறிதாக நம் எண்ணங்களைத் தூய்மைப்படுத்த முயல வேண்டும் என்பதற்காகத்தான்.

ஒரே சமயத்தில் தூய்மையற்ற நம் எண்ணங்களை விலக்குவது அவ்வளவு எளிதல்ல.

பீரோ நிறைய நம்முடைய ஆடைகளைத் திணித்து வைத்திருக்கிறோம். தேவைக்கு மேலும் வைத்திருக்கிறோம். வேண்டாத ஆடைகளையும் வைத்திருக்கிறோம். இந்த ஆடைகளை யாருக்காவது கொடுத்து விடலாம் என்ற எண்ணம் ஒரு சமயம் நமக்குத் தோன்றுகிறது.

அந்த ஆடைகளை மற்றவர்களுக்குக் கொடுப்பதற் காக எடுத்துக் கொண்டு வீட்டு வாசற்படி வரை சென்று விட்டோம். அப்போது அந்த உடைகளில் ஒன்றின் மீது நமக்குப் பிரியம் ஏற்பட்டு விடுகிறது. இந்த ஒரு உடையை மட்டும் வைத்து கொள்வோம் என்ற எண்ணம் மனத்தில் எழுகிறது.

''முதலில் நம் பீரோவில் இருக்கும் எல்லா உடைகளையும் ஏழை எளியவர்களுக்குக் கொடுத்துவிடலாம்'' என்றுதான் எண்ணினோம். இப்போது அதில் ஒரு உடையின் மீது நமக்கு ஆசை ஏற்பட்டு விட்டது!

இந்த சமயம் பார்த்து நமது நண்பர் ஒருவர் நம்மைப் பார்க்க வருகிறார். நாம் இந்த உடைகளை எல்லாம் ஏழை எளிய மக்களுக்குக் கொடுக்கப் போகிறோம் என்பதை அறிந்து கொள்கிறார். ''கொஞ்சம் பொறுங்கள், நான் இந்த உடையை மட்டும் எடுத்துக் கொள்கிறேன். இது எனக்கு ஒரு வருஷத்துக்குமேல் பயன்படும்'' என்று நம்மைக் கேட்கிறார்.

அவருடைய வேண்டுகோளையும் நாம் நிறைவேற்றித் தான் ஆக வேண்டும்.

இதைப் போலவே நம்முடைய மனம் என்னும் அலமாரியிலும் வேண்டாத எண்ணங்கள் நிரம்பிக் கிடக்கின்றன.

அவற்றில் சில வேண்டாத எண்ணங்களை அகற்றி விட முயல்கிறோம். வேண்டாத எல்லா எண்ணங்களையும் அகற்றுவதற்கு நாம் முயல்வதில்லை.

இந்தச் சூழ்நிலையில், நாம் நமது எண்ணங்களைப் பகுத்தும் தொகுத்தும் பார்ப்பதில்லை.

"இது துன்பம் தரக்கூடியது. எனவே இதை நீக்கி விடுவோம். இது மிக நன்றாக இருக்கிறது. அதனால் இதை வைத்துக் கொள்வோம்" என்று எண்ணுகிறோம்!

நம்மிடம் இருக்கும் வேண்டாத எண்ணங்களை வெளியேற்ற நமக்கு நம் மனம் துணைபுரிய முன்வருவது இல்லை. நம்மிடம் சில தீய எண்ணங்கள் இருக்கும் படியாகவே நம் மனம் நம்மைத் தயார்ப்படுத்துகிறது.

இம்மாதிரி நம் மனம் தன் மாயைக்குள் நம்மை மூழ்கடித்து விடுகிறது.

நான் சிறு பையனாக இருந்த காலம் இப்போது என் நினைவுக்கு வருகிறது.

என் தாயார் எனக்குச் சோறு ஊட்ட, சோற்றுத் தட்டை எடுத்துக் கொண்டு வருவார். அதைப் பார்த்தவுடன் எனக்கு ஏனோ சாப்பிடப் பிடிக்காது, சாப்பிடாமல் அடம் பிடிப்பேன்.

"எனக்கு இப்போது சாப்பாடு வேண்டம்!" என்பேன்.

"எல்லாச் சாப்பாட்டையும் நீ சாப்பிட வேண்டாம். உனக்குக் கொஞ்சம்தான் கொடுக்கப் போகிறேன். நீ என் குழந்தை இல்லையா! தயவுசெய்து கொஞ்சமாவது சாப்பிடு" என்று என் தாயார் என்னை கெஞ்சுவார்.

சாப்பாட்டை ஒரு தட்டில் முழுவதுமாகப் பரப்புவார். பிறகு அதில் பாதியை விலக்கிவிட்டு, மறுபாதியை மட்டும் காட்டி, "இது மட்டும் நீ சாப்பிட்டால் போதும்" என்று என் தாயார் சொல்வார்.

பாதி சாப்பாட்டைத் தள்ளிய பிறகு எனக்குத் திருப்தியாகிவிடும். அதை மிகச் சந்தோஷமாகச் சாப்பிடுவேன். என் தாயார் மிகவும் அன்புடனும் பரிவுடனும் சோற்றை எனக்கு ஊட்டுவார்.

நான் சாப்பிட்டுக் கொண்டு இருக்கும்போது எனக்குப் பிடித்தமான கதைகளைச் சொல்லிக் கொண்டே எனக்குச் சாப்பாட்டை ஊட்டுவார். அந்தக் கதைகளைக் கேட்டுக் கொண்டே சாப்பாட்டுத் தட்டில் இருந்த பாதிச் சாப்பாட்டையும் சாப்பிட்டு விடுவேன்.

சாப்பிட்டு முடிந்தவுடன் சாப்பாட்டுத் தட்டைப் பார்ப்பேன். தட்டில் பாதி காலியாக இருக்கும். இதைப் பார்த்தவுடன், “அம்மா, எனக்கு நிறைய சாப்பாட்டைக் கொடுத்து விட்டீர்கள். எனக்கு சாப்பாடு போதும்” என்பேன்.

“தம்பி! நீ சொல்வது போல் செய்கிறேன். இதற்கு மேல் உனக்கு சாப்பாட்டை ஊட்டப் போவதில்லை. தட்டை எடுத்துக் கொண்டு போய்விடுகிறேன்” என்று சொல்லிக் கொண்டே இன்னும் கொஞ்சம் சாப்பாட்டை எனக்கு ஊட்டி விடுவார்.

என்னுடைய தாயார் தம் சாமர்த்தியத்தினால் எனக்கு முக்கால் தட்டுச் சாப்பாட்டை ஊட்டிவிட்டு விடுவார்.

தாய் தம் மகனுக்குத் தந்திரமாகச் சாப்பாட்டை ஊட்டுவது போலவே நாம் நம் மனத்தையும் தந்திரமாக வசப்படுத்தி, அதில் இருக்கும் தீய எண்ணங்களைச் சிறுகச் சிறுகப் போக்க முயல வேண்டும்.

“மனமே! நீ விரும்பும் எண்ணங்களை வைத்துக் கொள். வேண்டாதவற்றைத் தயவுசெய்து தள்ளிவிடு” என்று அதற்குச் சொல்ல வேண்டும்.

கொஞ்ச நாள் சென்ற பிறகு, “இப்போது உன்னிடம் இருக்கும் எண்ணங்கள் கூடத் தீயவற்றைப் போல் இருக்கின்றன. அவற்றை அனுப்பி விடு” என்று அதை மயக்கி வசப்படுத்த முயல வேண்டும்.

இவ்வாறு நம் மனத்தில் இருக்கும் தீய எண்ணங்களைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நம் மனத்தை விட்டு வெளியே அனுப்பி விடலாம்.

இதனால்தான் பதஞ்சலி முனிவர் எண்ணங்களைப் பல பகுதிகளாகப் பிரித்தும் தொகுத்தும் உணர்த்தி இருக்கிறார்.





8. விபர்யயோ மித்யா ஞானமதத்ரூப ப்ரதிஷ்ட்டம் ||

உண்மையான வடிவத்துக்கும், அதைப் போன்ற போலி வடிவத்துக்கும் வித்தியாசம் தெரியாத போது நம் மனத்தில் மயக்கம் ஏற்படுகிறது. இதைத் திரிபு என்று சொல்வார்கள்.

அரைகுறையான வெளிச்சத்தில் சுருண்டு கிடக்கும் ஒரு கயிற்றைப் பார்க்கிறோம், அதைப் பாம்பு என்று நினைத்துப் பயந்து நடுங்குகிறோம்.

பிறகு நன்றாகக் கூர்ந்து பார்க்கிறோம். அப்போது இது பாம்பு இல்லை, பாம்பைப் போல் சுருண்டு கிடக்கும் கயிறு என்பதைப் புரிந்து கொள்கிறோம்.

கயிற்றைப் பாம்பு என்று நினைத்துக் கொண்டதால் மனத்தில் ஒரு பயம் ஏற்பட்டு நம்மை வீழ்த்துகிறது.

"நிறைவான அறிவு மட்டும் எண்ணங்களில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்" என்று எண்ண வேண்டாம்.

தவறான எண்ணங்கள் கூட மனத்தில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தி நம்மை வீழ்த்திவிடும்.

ஒருபொழுதும் வாழ்வது அறியார் கருதுப
கோடியும் அல்ல பல

என்று இதையே சொல்கிறார் திருவள்ளுவர்.



9. சப்தஜ்ஞானானுபாதீ வஸ்துசூன்யோ விகல்ப: ||

வெறும் வார்த்தைகளைக் கேட்டதும் எந்த அனுபவமும் அர்த்தமும் அற்ற உணர்வு எழுகிறது. இப்படி எழுகிற மயக்க உணர்வுக்குத்தான் விகல்பம் அல்லது வெற்றுரை என்று பெயர். இதற்கு அடிப்படையாக, சொல்லுகிற சொற்களில் எந்த உண்மையும் இருப்பதில்லை. இதனால்தான் இதை வெற்றுரை தரும் மயக்கம் என்றும் சொல்கிறோம்.

நாம் ஒரு வார்த்தையைக் கேட்கிறோம். ஆனால் அந்த வார்த்தைக்கு அடிப்படையான எந்தப் பொருளும் இருப்பதில்லை.

விபரியயா என்ற திரிபு உணர்வைப்பற்றி இதற்கு முன் பார்த்தோம். அதில் பாம்புக்குப் பதிலாக அது போல் சுருண்டு கிடக்கும் கயிறாவது இருக்கிறது.

ஆனால் விகல்பம் என்கிற வெற்று உரை தரும் மயக்கத்தில் பாம்புடன் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கக்கூடிய கயிறு போன்ற வேறு எந்தப் பொருளும் இல்லை. ஆனால் வெறும் வார்த்தை மட்டுமே இருக்கிறது. அந்த வார்த்தைக்கு அர்த்தமில்லை. அப்படி இருந்தும் அந்த வார்த்தை பற்றி ஒரு கருத்தை மட்டும் கற்பனை செய்து கொள்கிறோம்.

"கோபாலன் தன்னுடைய காரை அதன் ஷெட்டில் நிறுத்துவதற்கு ஓட்டிச் செல்கிறான். வழியில் அவனுடைய காரின் நான்கு சக்கரங்களும் பஞ்சர் ஆகிவிடுகின்றன. உடனே நான்கு சக்கரங்களையும் கழட்டி மெக்கானிக்கிடம் கொடுத்து சக்கரங்களில் உள்ள 'பஞ்சரை' ரிப்பேர் செய்யக் கொடுக்கிறான்.

காரின் சக்கரங்களை மெக்கானிக்கிடம் கொடுத்து விட்டு கோபாலன் தன் காரை வேகமாக ஓட்டிக் கொண்டு வீட்டுக்குச் செல்கிறான். கார் ஒரு பயங்கர விபத்துக்கு உள்ளாகிவிட்டது" என்று நான் சொல்கிறேன்.

இதைக் கேட்டவுடன், "ஐயோ! காருக்கு மிகப் பயங்கரமான விபத்து ஏற்பட்டு விட்டதா? கோபாலன் என்ன ஆனான்?" என்று துடிக்கிறீர்கள்?

நான் சொன்ன செய்தியைப் பற்றி நீங்கள் ஆழ்ந்து சிந்திக்க வேண்டும். அப்படிச் சிந்தித்து இருப்பீர்களானால் நாலு சக்கரங்களையும் கழட்டி மெக்கானிக்கிடம் ரிப்பேருக்குக் கொடுத்த பிறகு, கோபாலன் தன்னுடைய காரை எப்படி வேகமாக ஓட்டிக்கொண்டு தன் வீட்டுக்குப் போய் இருக்க முடியும்? முடியாது என்பதைப் புரிந்து கொண்டு இருப்பீர்கள்.

அந்த விபத்து நடந்து இருக்கவே முடியாது! நடந்ததாக நான் சொன்னது வெறும் கற்பனை. அதை நீங்கள் உண்மை என்று மயங்கியதுதான் விகல்பம் என்கிற வெற்றுரை எழுப்பிய மன அலையாகும்.

இன்னும் சில உதாரணங்களையும் உங்களுக்கு சொல்ல விரும்புகிறேன்.

"கோபாலனின் தாய் ஒரு மலடி," "நான் ஒரு ஊமை, என்னால் உங்களுடன் பேச முடியாது."

இப்படி நான் சொன்னது எல்லாம் வெறும் அர்த்தமற்ற வார்த்தைகள் தான். இருந்தாலும் இந்த வார்த்தைகளே உங்கள் மனதில் ஒருவிதமான மயக்க உணர்வை ஏற்படுத்தும் ஆற்றல் உடையனவாக இருக்கின்றன.



10. அபாவ — ப்ரத்யயாலம்பனா வ்ருத்திர்நித்ரா ||

அறிவதற்கு ஒன்றும் இல்லை என்பதை உணர்கின்ற போது உண்டாகிற மன அலைதான் தூக்கமாகும்.

இதுதான் நான்காவது மன அலை.

பொதுவாக நாம் தூங்குகிறபோது மனதில் எந்த எண்ணமும் இல்லாமல் இருக்கும் என்று நினைக்கிறோம்.

ஆனால் எண்ணமே இல்லை என்கிற எண்ணத்துடன் தான் தூங்குகிறோம்.

இதனால்தான் தூங்கி எழுந்தவுடன், ''நான் நிம்மதியாய் தூங்கினேன்'' என்று சொல்கிறோம்.

தூக்கத்தில் நாம் ஒன்றையும் உணர்வதில்லை. ஆனால் தூக்கத்தில் நாம் ஒன்றையும் உணர்வதில்லை என்ற எண்ணத்துடன் தூங்குகிறோம்.

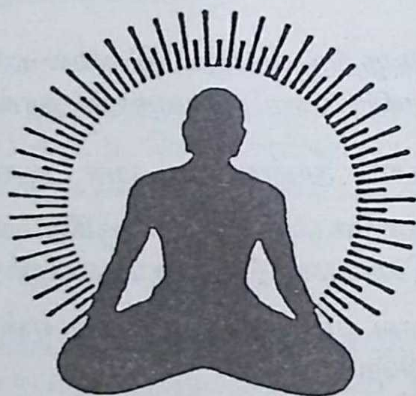
தூங்கும்போது நமக்கு எந்த எண்ணமும் ஏற்படுவதில்லை என எண்ணிவிட வேண்டாம்.

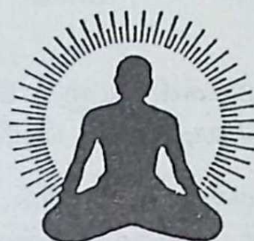
அப்படி எண்ணுகிற எண்ணமே இல்லாமல் இருக்கும் நிலை நமக்கு ஏற்படுமானால், நாம் எல்லாவற்றையும் மறந்த நிலையில், தூங்கும் உணர்வையும் மறந்த நிலையில், உயிர் இல்லாத நிலையில் ஜடப்பொருளாகவே மாறி இருப்போம்.

தூங்கும்போது நம்முடைய எண்ணங்கள் எல்லாம் தற்காலிகமாக செயல்படாமல் இருக்கின்றன. அவ்வளவுதான்.

நம்முடைய மனதில் ஒரு எண்ணம் மட்டும் இயங்கிக் கொண்டு இருக்கிறது. அதுதான் மற்ற எண்ணங்களை மறந்து இருக்கிறோம் என்கிற எண்ணமாகும்.

இந்த எண்ணம்தான் நாம் தூங்கி எழுந்தவுடன் "அப்பாடா! இன்று நிம்மதியாகத் தூங்கினேன்" என்று சொல்லச் செய்கிறது.





11. அனுபூத விஷயாஸஸம்ப்ரமோஷ: ஸ்ம்ருதி : ||

நினைவு என்பது முன்பு நம் வாழ்க்கையில் அனுபவித்த ஒரு விஷயம் திரும்பவும் மனதில் தோன்றுகிற அலையாகும்.

நினைவு மனதில் பல பதிவுகளை ஏற்படுத்துகின்றது. பின்னால் அந்தப் பதிவுகளே மேல் தளத்துக்கு வருகின்றன.

நாம் விரும்பினாலும் விரும்பாவிட்டாலும் இந்த நினைவு அலைகள் நமக்குள்ளே எழுந்து கொண்டே இருக்கும்.

நினைவுகள் இரண்டு வழிகளில் எழுகின்றன.

நாம் தூங்குகிற போது கனவு வடிவத்தில் நினைவுகள் எழுகின்றன.

விழித்துக் கொண்டு இருக்கும்போதும் நினைவுகள் தெளிவாகவே தோன்றுகின்றன.

இரண்டுமே நம் அடிமனத்தில் பதிந்திருக்கும் பதிவுகளே. இவை சமயம் நேரும்போது மெதுவாக மேலே எழுந்து வருகின்ற மன அலைகளாகும்.

இவை அடிமனத்தில் பதியும் போதும் படிப்படியாகப் பதிந்து இருப்பவைகளே.

ஏதாவது ஒரு காரணத்தால் போதுமான உஷ்ணம் ஏற்படும்போது நெகிழ்ந்து அடிமனத்தில் பதிந்துள்ள நினைவுகள் மேலே எழுந்து வருகின்றன.

இவைகள் தான் ஐந்து வகையான மன அலைகளாகும்.

இவைகளை அடக்கி ஆளும் போதுதான் நம் உள்ளே இருக்கும் அமைதி ஒளிவடிவமாக மேலே வந்து சுடர்விடும்.

இந்த மன அலைகளை நாம் எப்படி அடக்கி ஆள வேண்டும் என்பதுதான் அடுத்த கேள்வி.

''மனதை அடக்குவதுதான்'' என்று எளிதாகச் சொல்லி விடலாம்.

உண்மையில் நம் உள் இருக்கும் மனத்துக்குத்தான் நாம் அடங்கிக் கிடக்கிறோம் என்பதை நாம் உணர்வதில்லை.





12. அப்யாஸ வைராக்யாப்யாம் தன்னிரோத : ||

ஐந்து வகையான மன அலைகளை அடக்குவதற்கு நடுநிலைப் பயிற்சியின் மூலமாகத்தான் முடியும். இதைத்தான் வைராக்கிய அப்பியாசம் என்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

நம்மால் எதைச் செய்ய முடியுமோ அந்த உடன்பாட்டு பகுதியை மட்டும் முதலில் பயில முயல வேண்டும்.

நம்மால் செய்ய முடியாத பகுதிகளின் காரண காரியங்களில் மனத்தைச் செலுத்தாமல் தற்காலிகமாக அதிலிருந்து . ஒதுங்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

பதஞ்சலி முனிவர் உடன்பாட்டு முறையையும் எதிர்மறை முறையையும் பற்றிச் சொல்கிறார்.

இந்த இரு முறைகளையும் புரிந்து கொண்டு நம் மன அலைகளை எப்படி அடக்குவது என்பதைப் பற்றியும் விளக்கமாகக் கூறுகிறார்.



13. தத்ர ஸ்திதௌ யத்னோஸப்யாஸ : ||

மனதை ஒருநிலைப் படுத்துவதற்கு உடன்பாட்டு முறை, எதிர்மறை ஆகிய இரண்டையுமே பதஞ்சலி முனிவர் பயன்படுத்துகிறார்.

பதஞ்சலி முனிவர் தொடர்ந்து யோகப் பயிற்சி செய்வது பற்றியே வற்புறுத்துகிறார். ஒரு நாள் இரண்டு நாள் யோகப் பயிற்சி செய்வதன் மூலமாக யோகத்தின் முழுப் பயனையும் பெற்றுவிட முடியாது என்கிறார்.

மன அலைகளை அடக்கி அதை ஒருமுகப்படுத்த வேண்டுமானால் யோகப் பயிற்சியில் தொடர்ந்து ஈடுபட வேண்டும்.

ஒரு நாளில் சில நிமிடங்கள் மட்டும் யோகப் பயிற்சி செய்துவிட்டு மற்ற நேரங்களில் மனத்தை அதன் இஷ்டப்படி சுதந்திரமாக இருக்கும்படி விட்டுவிடக் கூடாது.

தொடர்ந்து மனம் ஒருமுகப்படும் நிலையில் இருந்து மாறிவிடாமல் இருக்கும்படி அதை மிகக் கவனமாகப் பார்த்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு எண்ணத்தையும் ஆழ்ந்து பார்க்க வேண்டும். நாம் உபயோகப்படுத்தும் ஒவ்வொரு வார்த்தையையும் கவனமாக உபயோகப்படுத்த வேண்டும். நாம்

செய்யும் ஒவ்வொரு செயலையும் ஆய்ந்து பார்க்கும் பயிற்சியை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இதை எப்படிச் செய்ய வேண்டும்?

பதஞ்சலி முனிவர் இதற்கு மூன்று தகுதிகளைச் சொல்கிறார்.





14. ஸ து தீர்க கால நைரந்தர்ய ஸத்கார ஸேவிதோ த்ருடபூமி : ||

நீண்ட காலமாகவும் தொடர்ந்தும் உருக்கத்துடனும் இடை ஈடு இல்லாமல் யோகத்தைப் பயிற்சி செய்தால்தான் அது உறுதியாக நிலைபெறுகிறது.

யோகப் பயிற்சிக்கு உரிய முதல் தகுதி அதை நீண்டநாள் இடைவிடாமல் பயிற்சி செய்வதுதான்.

நாம் அதன் பயனை விரும்பிய உடனே அடைய வேண்டும் என்று விரும்புவது யோகப் பயிற்சிக்குப் பொருந்தாது.

உங்களுக்கு நான் ஒரு மந்திரத்தை உபதேசிக்கிறேன். இந்த மந்திரத்தைத் தொடர்ந்து ஜபித்து வந்தால் உங்களுக்கு அமைதி ஏற்படும் என்று சொல்கிறேன். அதனால் பல அரிய சித்திகளும் அடைவீர்கள் என்றும் உறுதி அளிக்கிறேன்.

நீங்கள் வீட்டுக்குப் போகிறீர்கள். மூன்று நாட்கள் நான் உபதேசித்த மந்திரத்தை ஜபிக்கிறீர்கள். பிறகு என்னிடம் வருகிறீர்கள்.

“தாங்கள் உபதேசித்த மந்திரத்தை மூன்று நாட்கள் தொடர்ந்து ஜபித்தேன். தாங்கள் சொன்னபடி எந்தப் பலனும் கிடைக்கவில்லை. ஒருகால் இந்த மந்திரம் எனக்குத் தகுதியான மந்திரமாக இல்லையோ என்னவோ ? தயவு செய்து

எனக்குத் தகுதியான ஒரு மந்திரத்தை உபதேசியுங்கள்'' என்று கேட்கிறார்கள்.

இப்படி ஏன் நீங்கள் கேட்கிறீர்கள் என்பது எனக்குப் புரிகிறது.

''நான் உபதேசித்த மந்திரத்தை நீண்ட நாள் இடைவிடாமல் ஜபியுங்கள் என்றுதான் சொன்னேன். அந்த மந்திரத்தை எத்தனை நாட்கள் தொடர்ந்து ஜபிக்க வேண்டும் என்று சொல்லவில்லை. மூன்று நாட்கள் ஜபித்துவிட்டு பலன் இல்லையே!'' என்று என்னைக் கேட்கிறீர்கள்.

நீண்ட காலம் மந்திரத்தை ஜபிப்பது என்பது அவரவர் தகுதிக்கு ஏற்ப அமைகிற கால அளவாகும்.

மந்திரத்தை அதனால் பலன் அடையும் வரையில் தொடர்ந்து ஜபிக்க வேண்டும். அத்துடன் இடை ஈடு இல்லாமலும் ஜபிக்க வேண்டும்.

இடை ஈடுவிட்டு மந்திரத்தை ஜபித்தால் இதுவரை ஜபித்து வந்த மந்திரத்தின் ஆற்றல் மங்கிவிடும். நீங்கள் எதிர்பார்த்த பலனும் உங்களுக்குக் கிடைக்காது.

''நான் பத்து ஆண்டுகள் தொடர்ந்து மந்திரத்தை ஜபித்து வந்திருக்கிறேன். இருந்தும் அதனால் எனக்கு எந்தப் பயனும் கிடைக்கவில்லை'' என்று பலர் சொல்வதை அடிக்கடி நான் கேட்டிருக்கிறேன்.

இப்படி அவர்கள் சொல்வதற்கு என்ன காரணம் தெரியுமா? அவர்கள் உண்மையில் தொடர்ந்து யோகப் பயிற்சியை அதற்கு உரிய முறைப்படி செய்யவில்லை.

தொடர்ந்து யோகப் பயிற்சியை செய்திருப்பார் களானால் அதற்கு உரிய பலனை அவர்கள் பெற்றே இருப்பார்கள்.

யோகப் பயிற்சியின் பலனை அடைவதற்கு உரிய முடிவான தகுதி என்ன தெரியுமா?

முழு மனத்துடனும் நம்பிக்கையுடனும் பொறுமை யுடனும் யோகப் பயிற்சியில் தொடர்ந்து ஈடுபடவேண்டும்.

யோகப் பயிற்சியின் பலனைக் கட்டாயம் அடைந்தே தீருவோம் என்ற மன உறுதியும் வேண்டும்.

இந்த உறுதிப்பாட்டில் எந்த அளவிலேனும் குறை இருந்தாலும் யோகப் பயிற்சியின் பலனை எளிதில் குறித்த காலத்தில் பெற முடியாது.

நம்முடைய அன்றாட வாழ்விலும் காணலாம். நமக்கு வேண்டிய ஒரு பொருளை அடைய விரும்புகிறோம். ஒரு பிரமுகரின் உதவியை விரும்பி அவரைப் பார்க்க விரும்புகிறோம்.

அதற்கு நாம் என்ன செய்கிறோம்? இரவென்றும் பகல் என்றும் பாராமல் நம் விருப்பத்தை நிறைவேற்றுவதற்கு இடைவிடாமல் முயற்சி செய்கிறோம்.

நம் விருப்பம் நிறைவேறுகிற வரையில் நமக்குத் தூக்கம் வருவதில்லை. சாப்பாட்டில் விருப்பம் இருப்பதில்லை. எப்போதும் நம் விருப்பத்தை நிறைவேற்றுவதிலேயே குறியாக இருக்கிறோம்.

சாதாரண புற உலக வாழ்க்கையிலேயே நம் விருப்பம் நிறைவேறுவதற்கு இவ்வளவு முயற்சி தேவையாக இருக்குமானால், யோக வாழ்க்கைக்கு எவ்வளவு பெரும் முயற்சி செய்ய வேண்டி இருக்கும்?

நாம் சிறுபிள்ளைத்தனமாக எந்த முயற்சியிலும் ஈடுபடக்கூடாது.

சிறுபிள்ளைகள் பூமியில் ஒரு ரோஜாச் செடியின் விதையைப் புதைக்கிறார்கள். அதற்குத் தண்ணீரும் விடுகிறார்கள். அடுத்த நாளே அந்த விதையைத் தோண்டி எடுத்து அது எவ்வளவு வேர்விட்டிருக்கிறது என்று பார்க்கிறார்கள்.

இப்படிப் பார்த்தால் ரோஜாச்செடி முளைக்குமா? அது முளைப்பதற்கு வேண்டிய காலம் கொடுப்பதற்குப் பொறுமையோடு இருக்க வேண்டாமா? தினம் அதற்குத் தண்ணீர்விட வேண்டாமா? அது முளைக்கும் என்ற நம்பிக்கையும் ஈடுபாடும் இருக்க வேண்டாமா?

இவை சிறுபிள்ளைகளிடம் இருக்காது!

எனவே சிறுபிள்ளைத்தனமாக இல்லாமல் கடமை உணர்வுடன் செயல்பட வேண்டும்.

யோகப் பயிற்சியின் முழுப்பயனையும் அடைய வேண்டுமானால் பொறுமை, ஈடுபாடு, நம்பிக்கை என்ற இந்த மூன்றையும் பரிபூரணமாகக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

இதை நன்றாகப் புரிந்து கொள்வதற்கு நான் சிறுவனாக இருந்த போது கேட்ட ஒரு கதை நினைவுக்கு வருகிறது.

நாரதர் சிறந்த பக்திமான். ஒரு ஞானயோகி. அவர் இறைவன் நாமத்தைச் சொல்லிக் கொண்டே தேவலோகத்தில் உள்ளவர்களுக்கும் பூவுலகில் உள்ளவர்களுக்கும் பணிசெய்து கொண்டு இருப்பார்.

இவரைப் போலவே பூவுலகிலும் சிவயோகிகள் இறைவன் நாமத்தை உச்சரித்துக் கொண்டே உயிர்க் குலத்துக்குப் பணிபுரிந்து கொண்டும் இறைவனை அடையும் வழியில் ஈடுபட்டுக் கொண்டும் இருக்கிறார்கள்.

நாரதர் தேவலோகத்தில் இருந்து பூவுலகிற்கு வந்தார்.

ஒருநாள் ஒரு காட்டு வழியே சென்று கொண்டு இருந்தார்.

அங்கு ஒரு வாலிப யோகி தியானத்தில் அமர்ந்திருப்பதைப் பார்த்தார்.

அவரைச் சுற்றி ஒரு பெரிய புற்றே வளர்ந்திருந்தது.

நாரதரின் இறை நாமத்தைக் கேட்டவுடன் அந்த வாலிபயோகி கண்ணை விழித்து நாரதரைப் பார்த்தார்.

அவரைப் பார்த்தவுடன், “நாரத பகவானே! எங்கே போய்க் கொண்டிருக்கிறீர்கள் ?” என்று கேட்டார்.

“நான் சிவபெருமானைப் பார்ப்பதற்காகக் கைலாயத்துக்குச் சென்று கொண்டு இருக்கிறேன்” என்றார்.

“கைலாயத்தில் எனக்காக ஒரு உதவி செய்ய முடியுமா ?” என்று நாரதரை அந்த வாலிப யோகி கேட்டார்.

“கட்டாயம் செய்கிறேன். அங்கு உனக்கு என்ன செய்யவேண்டும் என்பதைச் சொல்லு.”

“நான் மிக நீண்ட காலமாக சிவபெருமானைத் தரிசிப்பதற்காகத் தவம் செய்து கொண்டு இருக்கிறேன். இன்னும் எத்தனை பிறவிகள் இப்படித் தொடர்ந்து தவம் செய்ய வேண்டும் என்பதைக் கேட்டுக்கொண்டு வந்து சொல்வீர்களா ?”

“கட்டாயம் சொல்கிறேன்.”

நாரதர் அந்தக் காட்டில் சில மைல்களுக்கு அப்பால் சென்றார். அங்கு ஒரு யோகியைப் பார்த்தார்.

அந்த யோகி, “ஹரே ராமா! ஹரே ராமா, ராமராம ஹரே ஹரே! ஹரே கிருஷ்ண, ஹரே கிருஷ்ண, கிருஷ்ண கிருஷ்ண ஹரே ஹரே!” என்று பாடி ஆடி மகிழ்ந்து கொண்டிருந்தார்.

அந்த வழியே வந்த நாரதரை அந்த யோகி பார்த்தார்.

“நாரத பகவானே! தாங்கள் எங்கே போய்க் கொண்டு இருக்கிறீர்கள் ?”

“வைகுந்தத்திற்கு.”

“வைகுந்தம் செல்கிறீர்களா ? மிக்க மகிழ்ச்சி. இந்த மாதிரி நான் எத்தனை காலத்துக்கு பஜனை செய்து கொண்டிருந்தால் இறைவனை அடையலாம் என்பதைத் தெரிந்து கொண்டு வரமுடியுமா ?”

“கட்டாயம் தெரிந்து கொண்டு வருகிறேன்.”

பல ஆண்டுகள் கடந்தன. நாரதர் பூவுலகத்துக்கு மீண்டும் வந்தார்.

புற்று வளர்ந்து தன்னை மூடியதைக் கூட தெரிந்து கொள்ளாமல் தியானத்தில் இருந்த வாலிப யோகியைப் பார்த்தார்.

அந்த யோகி நாரதரைத் தெரிந்து கொண்டார்.

“நாரத பகவானே! கைலாயத்துக்குச் சென்றீர்களா ? சிவபெருமானைப் பார்த்தீர்களா ? நான் சொன்னதை அவரிடம் சொன்னீர்களா ? அவர் அதற்கு என்ன பதில் சொன்னார் ?”

"நான் சிவபெருமானைப் பார்த்தேன். தாங்கள் சொன்னதைச் சிவபெருமானிடம் சொன்னேன். அவர் இன்னும் தாங்கள் நான்கு பிறவிகள் எடுத்துத் தியானம் செய்ய வேண்டும். அதன் பிறகுதான் கைலாயம் வரமுடியும் என்று சொன்னார்."

"ஆ! இன்னும் நான்கு பிறவிகளா? இதுவரை நான் தியானம் செய்தது போதாதா?" என்று காட்டுத்தனமாகக் கத்தினார் அந்த வாலிப யோகி. பிறகு கண்ணீர் விட்டுக் கதறவும் ஆரம்பித்து விட்டார்.

நாரதர் அவன் கத்தலையோ, கதறலையோ பொருட்படுத்தவில்லை. அங்கிருந்து சென்றுவிட்டார்.

"ஹரே கிருஷ்ணா, ஹரே ராமா" என்று பஜனை செய்து கொண்டிருந்த யோகியிடம் சென்றார்.

அந்த பக்தி யோகி நாரதர் வந்ததையும் கவனிக்க வில்லை. "ஹரே கிருஷ்ணா! ஹரே ராமா!" என்று ஆடிக்கொண்டும் பாடிக்கொண்டும் இருந்தார்.

தற்செயலாக நாரதரைப் பார்த்தார்.

"நாரத பகவானே! வைகுந்தத்துக்குச் சென்றீர்களா? எனக்கு ஏதாவது செய்தி உண்டா?" என்று கேட்டார்.

"தங்களுக்கு ஒரு செய்தி இருக்கிறது."

"தயவுசெய்து அதைச் சொல்லுங்கள்."

"அதோ தெரிகிறதே, அந்த மரத்தைப் பாருங்கள்."

"பார்த்தேன்."

"அந்த மரத்தில் இருக்கும் இலைகளை எல்லாம் எண்ணிவிட முடியுமா?"

"கட்டாயம் எண்ண முடியும். அவற்றை எண்ணுவதற்கு வேண்டிய அளவு பொறுமை என்னிடம் இருக்கிறது. இப்போதே அந்த மரத்தின் இலைகளை எண்ணிச் சொல்லட்டுமா?"

"இப்போதே எண்ண வேண்டும் என்பதில்லை. தங்களுக்கு நேரம் இருக்கும் போது அந்த மரத்தில் இருக்கும் இலைகளை எண்ணிக் கொண்டால் போதும்."

"இது இருக்கட்டும். என்னுடைய கோரிக்கைக்கு ராமபிரான் என்ன பதில் சொன்னார்?"

"அந்த மரத்தில் எத்தனை இலைகள் இருக்கின்றனவோ அத்தனை பிறவிகள் எடுத்த பிறகுதான் தாங்கள் வைகுந்தத்துக்கு வரமுடியும் என்று சொன்னார்."

"ஓ! இவ்வளவுதானா? ஒரு மரத்தில் இருக்கும் இலைகள் அளவு பிறவிதானே! எனக்கு இப்போது எத்தனை பிறப்புகள் எடுக்க வேண்டும் என்று கணக்குத் தெரிந்துவிட்டது. இறைவனுக்கும் நன்றி. இந்தக் காட்டில் இருக்கும் மரங்கள் எத்தனையோ அத்தனை மரங்களில் எவ்வளவு இலைகள் இருக்கின்றனவோ அவ்வளவு பிறவிகள் எடுக்க வேண்டும் என்று சொல்லாமல் இருந்தாரே! அதுவே போதும்" என்று சொல்லி, "ஹரே ராமா" பஜனையில் ஈடுபட்டு விட்டார்.

இந்த சமயத்தில் வைகுந்தத்தில் இருந்து ஒரு ரதம் வந்து இறங்கியது.

அந்த ரதத்தில் இருந்த சாரதி பக்தியோகியைப் பார்த்து, "இந்த ரதத்தில் ஏறிக்கொள்ளுங்கள். ராமபிரான் தங்களை வைகுந்தத்துக்கு உடனே அழைத்து வரும்படி கட்டளை இட்டு இருக்கிறார்" என்றார்.

"நான் இப்போதே வைகுந்தத்துக்குப் போகப் போகிறேனா?"

"ஆமாம்!"

"ஆமாம்!"

"நான் வைகுந்தம் செல்வதற்குப் பல பிறவிகள் எடுக்க வேண்டும் என்று இப்போதுதானே நாரதர் சொன்னார். அது என்ன ஆவது?"

"எத்தனை பிறவி வேண்டுமானாலும் எடுத்து இறைவனை அடைவதற்கு நீ தயாராக இருக்கிறாய். அதில் பொறுமையும், ஈடுபாடும், நம்பிக்கையும் உனக்கு இருக்கிறது. அதனால் நீ இங்கு இருக்க வேண்டிய

தில்லை. இப்போதே வைகுந்தத்திற்குச் செல்லலாம்'' என்றார் நாரதர்.

"அந்தத் தியான யோகியின் நிலை என்ன?'' என்று பக்தியோடு கேட்டார்.

"அவர் நாலு பிறவிக்குக்கூட தயாராக இல்லை. அதனால் அவரை இன்னும் கடுமையாகத் தியானம் செய்த பிறகுதான் அவர் விரும்புகிற பேற்றைப் பெற முடியும்.''

இது வெறும் கதை அல்ல.

இது போதிக்கும் உண்மையை நீங்கள் வெகு எளிதாகப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

ஒருவருக்கு வேண்டிய அளவு பொறுமை இருந்தால் மனம் மிகுதியாக உறுதி பெற்றுவிடும். செய்யும் காரியத்தைத் தூய்மையாகவும், செம்மையாகவும், விரைந்து செய்யமுடியும்.

பொறுமையும், மன உறுதியும் இல்லாமல் பலனை மட்டும் விரைவில் பெற வேண்டும் என்று எண்ணினால் மனத்தில் அமைதி குலைந்துவிடும்.

அமைதி இல்லாத மனத்தினால் எந்தத் தகுதியையும், பயனையும் பெற முடியாது.

எனவே எவ்வளவு காலம் யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடுகிறோம் என்பது முக்கியமல்ல.

எவ்வளவு பொறுமையும், ஈடுபாடும், நம்பிக்கையும் அதில் அமைந்திருக்கிறது என்பதுதான் முக்கியம்.





15. த்ருஷ்டானு ச்ரவிகவிஷய - வித்ருஷ்ணஸ்ய வசீகார ஸம்ஜ்ஞா வைராக்யம்.

வைராக்யம் என்பது என்ன?

ஆசைகளில் இருந்து விடுபடுவது, மனதை ஒருமுகப் படுத்துவது. இதுதான் வைராக்யம்.

மனதை எப்படி ஒருமுகப்படுத்துவது?

நாம் பார்த்திருக்கும் பொருள்களை விரும்புவதோ, பிறர் சொல்லக் கேட்டு அந்தப் பொருள்களை விரும்புவதோ கூடாது. இதில் மன உறுதியுடன் இருப்பதுதான் வைராக்யம்.

இதுதான் மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதற்கு உரிய பயிற்சியாகும்.

நம் மனதின் தன்மை ஏதாவது ஒரு பொருளைப் பார்ப்பதிலேயோ, அல்லது கேட்பதிலேயோ ஈடுபடுவதுதான்.

மனம் தன் விருப்பத்தை நிறைவேற்றிக் கொள்வதற்குப் பயன்படுத்திக் கொள்ளும் முக்கியமாக புலன்கள் கண்ணும் காதும்தான்.

ஒரு பொருள் நம் மனதைக் கவர்கிறது. மனம் அதில் ஈடுபடுவதற்கு முன்னர் அந்தப் பொருள் நமக்கு அவசியமா இல்லையா என்பதைப் பகுத்து உணர வேண்டும்.

மனத்தை அது விரும்புகிற பொருளிலேயோ அது கேட்கிற பொருளிலேயோ ஈடுபட விட்டுவிடக்கூடாது.

வைராக்யம் என்பதைப் பற்றின்மை என்று பொதுவாகச் சொல்கிறார்கள். இது ஒரு பொருளின் மீது விருப்பமில்லாமல் இருப்பதையே குறிக்கும்.

விருப்பம் என்பது கவர்ச்சியைக் குறிப்பது, கவர்ச்சி நிறத்தால் ஏற்படுகிறது.

ஒவ்வொரு விருப்பமும் மனத்திற்கு ஒரு நிறத்தைக் கொடுக்கிறது.

அமைதியான ஒரு குளத்தில் ஒரு கல்லைத் தூக்கிப் போட்டவுடன் அதைச் சுற்றி அலைகள் உருவாகின்றன. இதுபோலவே ஒரு பொருளை விரும்பியவுடன் அதை அடைய வேண்டும் என்று எண்ணுகிற மனத்தைச் சுற்றி அலைகள் எழுகின்றன.

மனத்திலிருந்து இப்படி ஆசை அலைகள் தொடர்ந்து எழுந்துகொண்டு இருந்தால் மனதிற்கு எப்படி அமைதி ஏற்படும்? எப்படி ஓய்வுக் கிடைக்கும்?

இதனால் தொடர்ந்து மனத்தை யோகப் பயிற்சியில் ஒருமுகப்படுத்தி நிறுத்த முடியாது.

எதையாவது ஒன்றைத் தொடர்ந்து முயன்று நிறைவேற்ற வேண்டுமானால் மனம் பலவித ஆசைகளால் அலைக்கழிக்கப்படக் கூடாது.

அதனால்தான் வைராக்யம் என்ற மன உறுதி இன்றியமையாதது என்று சொல்கிறோம்.

யோகப் பயிற்சிக்கு வைராக்யம் மிகவும் அவசியம். அதாவது நம்மிடம் இருக்கும் நிலையற்ற சிறிய சிறிய ஆசைகளைத் துறந்துவிட்டு, பெருவாழ்வை நோக்கிப் பயிற்சி செய்வதுதான் வைராக்யம்.

சிறிய சிறிய விருப்பங்களில் இருந்து விடுபடாமல் பெரிய காரியங்களை யாராலும் செய்ய முடியாது.

ஒருவர் "பல ஆண்டுகளாக நான் தியானம் செய்து வருகிறேன். ஒவ்வொரு நாளும் நான் காலையிலும்,

மாலையிலும் பிரார்த்தனை செய்து வருகிறேன்'' என்று சொல்கிறார்.

அவர் சொல்வதை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்கிறோம். காரணம் ஒவ்வொரு நாளும் அவர் தியானம் செய்து வருவதைப் பார்த்து வருகிறோம். தினம் தவறாமல் அவர் கோயிலுக்குச் செல்வதையும் கவனித்து வருகிறோம்.

சில சமயங்களில் கோயிலின் பலி பீடத்துக்கு முன்னால் அவர் பல மணி நேரம் தியானத்தில் அமர்ந்திருப்பதையும் பார்க்கிறோம்.

வேறு சிலர் ஒவ்வொரு நாளும் பகவத் கீதை முழுவதையும் ஓதி வருகிறார்கள்.

அருட்பெரும் ஜோதி அகவலையோ, பகவத் கீதையையோ ஓதாமல் இவர்கள் சாப்பிடக்கூட மாட்டார்கள்.

காலையில் படுக்கையில் இருந்து எழுந்தவுடன் கண்ணபிரான் திருஉருவத்தின் முன் அமர்ந்து பகவத்கீதை முழுவதையும் ஓதாமல், திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார் திருஉருவத்தின் முன் அமர்ந்து அருட்பெரும் ஜோதி அகவல் முழுவதையும் ஓதாமல் பலர் தண்ணீர்கூட அருந்துவதில்லை.

இயந்திர மயமான இந்த வழக்கத்தில் இருந்து அவர்கள் சிறிதும் மாறுவதில்லை.

அவர்களுடைய எண்ணங்களோ சிறு சிறு ஆசைகளிலேயே மூழ்கிக் கிடக்கின்றன. அதனால் அவர்கள் மனம் தியானத்திலோ, பிரார்த்தனைகளிலோ முழுவதும் ஒன்றுவதில்லை.

பலர் ஆலயத்திற்குச் சென்று இறைவன் சன்னிதியின் முன்னால் நின்றுகொண்டு தங்கள் தொழிலைப் பற்றியே நினைத்து கொண்டு இருக்கிறார்கள். தம்முடைய நண்பர்களில் யார் யார் ஆலயத்துக்கு வந்திருக்கிறார்கள் என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள சுற்றும் முற்றும் பார்க்கிறார்கள்.

ஆலயங்களை வெறும் சமூகக் கூடங்களாகவே அவர்கள் மாற்றிக் கொள்கின்றனர்.

ஆலயங்களுக்குச் செல்வதின் உண்மையான நோக்கத்திலிருந்து அவர்கள் விலகிவிடுகிறார்கள்.

காரணம் நல்ல உணவை உண்பது, பணம் சம்பாதிப்பது முதலிய நிலையற்ற உலக ஆசைகளே அவர்கள் மனதை முழுவதும் ஆக்ரமித்துக் கொண்டு இருக்கின்றன. அதனால் நித்ய வாழ்க்கைக்கு உரிய அமைதியையும், இன்பத்தையும் தருகின்ற தியானத்திலோ, வழிபாட்டிலோ அவர்கள் மனம் ஈடுபடுவதில்லை.

உயிர் இல்லாத இயந்திரமாக டேப் ரிகார்டரைப் போல அவர்கள் வாயிலிருந்து மந்திரங்கள் மட்டும் ஒலித்துக் கொண்டு இருக்கின்றன. ஆனால் அவர்கள் மனமோ உலகத்தின் நிலையற்ற இன்பங்கள் இருக்கும் இடங்களை எண்ணியே சுழன்று கொண்டு இருக்கிறது.

இம்மாதிரி நிலையற்ற சிறு சிறு ஆசைகளிலிருந்து மனதை மேல் நோக்கித் திருப்ப வேண்டும். மனதை இவ்வாறு உயர்த்தி அதை ஒருநிலைப்படுத்தும் பயிற்சியில் வெற்றி பெறும் வரையில் பிரார்த்தனையின் பலனோ தியானத்தின் நோக்கமோ நிறைவேறாது.

சிறு சிறு ஆசைகளிலிருந்தும், பற்றுகளிலிருந்தும் விடுபடும்போதுதான் தியானம் நிலையான பயனைத்தரும்.

சுயநலத்தில் இருந்து பரிபூரணமாக மனம் விடுபடுவதற்கே பிரார்த்தனையும் தியானமும் அவசியமாக இருக்கின்றன.

இதன் மூலமாக சுயநலத்தில் இருந்து மனம் முழுமையாக விடுபட்டு விடுமானால் அப்போது பிரார்த்தனையும் தியானமும் அவசியமில்லை.

நமக்கு மன அமைதி மட்டும் ஏற்பட்டுவிடுமானால் அமைதி இன்மையும் ஏமாற்றமும் ஏற்படவே ஏற்படாது.

நமக்கு வேண்டியவை இரண்டு. ஒன்று தியானப் பயிற்சி. மற்றொன்று ஒரு பொருளின் மீது பற்றின்மை.

இவற்றுள் தியானப் பயிற்சியைவிட பற்றின்மையே அதாவது சிறுசிறு ஆசைகளில் இருந்து விடுபடுவதே மிக மிக முக்கியமானது.

தியானப் பயிற்சியின் லட்சியமே நிலையற்ற ஆசைகளில் இருந்து விடுபடுவதுதான். இதுதான் வைராக்யம்.

இந்த இடத்தில் பற்றின்மை பற்றி ஒரு சிலருக்கு சந்தேகம் ஏற்படக்கூடும்.

எதிலுமே பற்றில்லாவிட்டால் வாழ்க்கையில் என்ன சுவை இருக்கும்? அது வெறும் வறண்ட பாலை வனமாகத்தானே இருக்கும் என்று எண்ணக்கூடும்.

அப்படி எண்ணுவது தவறு. பற்றின்மை என்பதோ, ஆசைகளை விட்டு ஒழிப்பது என்பதோ, தன் சுயநலத்துக்காக ஒரு பொருளை விரும்புவதையும், அதற்காக ஆசைப் படுவதையும் விட்டுவிடுவதாகும்.

நாம் பற்றுடையவராக இருக்கலாம். பல விஷயங்களில் ஆசைகளை உடையவர்களாகவும் இருக்கலாம். அதில் தவறில்லை. ஆனால் அந்தப் பற்றும் ஆசையும் மற்றவர்களின் வாழ்க்கையை உயர்த்துவதற்காகவே இருக்க வேண்டும்.

மற்றவர்கள் துன்பத்தைப் போக்குவதற்குத் தொடர்ந்து முயற்சி செய்வதாக இருக்க வேண்டும்.

யாரும் சுயநலத்தில் இருந்து விடுபட்ட பிறகுதான் மற்ற மக்களின் நலத்தில், வளர்ச்சியில் ஈடுபட முடியும். பொது வாழ்க்கையில் பற்றில்லாமல் ஈடுபடும்போது, சமூக சேவையில் தூய மனத்துடன் ஈடுபடும்போது ஏற்படும் இன்பத்தையும், மகிழ்ச்சியையும், அமைதியையும் அனுபவத்தில்தான் உணர முடியும்.

அதனால்தான் சிறிதும் தன் நலம் இல்லாதவன் பெரிதும் தன் நலமுடையவனாக விளங்குகிறான் என்று நான் சொல்லி வருகிறேன்.

காரணம் அவன் தன் அமைதியையும் இன்பத்தையும் இழக்க விரும்புவதில்லை.

இதனால்தான் ஆதி சித்தரான திருமூலர் “ஈசனோடு ஆயினும் ஆசையை அறுமின்கள்” என்கிறார்.

இறைவனிடத்தில் அளவு கடந்த ஆசை கொள்ளும் போது அதுவே பொதுநலமற்ற சுயநலமாகக் கூட மாறிவிடும்.

பொது வாழ்வில் தீவிரமாக ஈடுபட முடியாமல் கூடப் போய்விடும்.

எனவே பலர் கடவுளை அணுகும் முறையே தவறாக இருக்கிறது. அவர்கள் கடவுளிடம் சென்று எனக்கு அது வேண்டும், இது வேண்டும் என்று வேண்டுகிறார்கள். லாட்டரி சீட்டில் பத்து லட்சம் பரிசு விழுந்தால் உன் கோயில் உண்டியில் ஒரு லட்சம் போடுகிறேன் என்று வேண்டுகிறார்கள். நான் பரீட்சையில் பாஸ் செய்தால் உனக்கு நூறு சிதறு தேங்காய் விடுகிறேன் என்று பிரார்த்திக்கிறார்கள்.

சுருக்கமாகச் சொன்னால் நாம் கடவுளை வணிக முறையில் அணுகுகிறோம். இது இறைவனைப் பற்றிய நம்முடைய அறிவின் குறைபாட்டையே காட்டுகிறது.

தேங்காய்களோ, பணமோ இறைவன்தான் நமக்கு அளிக்கிறான். அவற்றை இறைவனிடமே திரும்பக் கொடுப்பதில் பரிவர்த்தனைக்கு எங்கே இடம் இருக்கிறது? நாம் அதை வேறு வகையில் மதிப்புடையதாக மாற்றி இருக்கிறோமோ, அல்லது அதைப்போல வேறு எதையாவது புதிதாகப் படைத்து இருக்கிறோமோ? இல்லை.

அதனால் நம்முடைய ஆசைகளே நம்மை ஏமாற்றிவிடுகின்றன. இதனால் நாம் மேலும் மேலும் அறியாமையையே வளர்த்துக் கொள்கிறோம்.

ஆசையிலும், அளவற்ற பற்றிலும் வரும் தீமைகளைப் பற்றி மனிதன் தெரிந்து கொள்வதில்லை. அதனால் அவன் தன் வாழ்க்கையில் பெற வேண்டிய இன்பங்களை எல்லாம் இழந்து விடுகிறான். அவன் வாழ்க்கையின் ஒளியே மங்கிப் போய்விடுகிறது.

ஏதாவது ஒரு பொருளை அவன் அடைய வேண்டும், அவ்வளவுதான். அது அவனுக்குத் தேவையா இல்லையா என்பதுகூட அவனுக்கு முக்கியமல்ல. இதனால் அவன் எதைப் பற்றியும் முறையாகச் சிந்திப்பதில்லை.

"வீடும் வேண்டாத விறல்" என்பதைப் பற்றிப் பேசுகிறார் சேக்கிழார். வீடு என்பது மோட்சத்தைக் குறிக்கும்.

மோட்சத்துக்கு ஆசைப்படுவதுகூட ஒருவனை அடிமைப் படுத்திவிடும் என்பதுதான் இதன் பொருள்.

மோட்சத்தைப் பற்றிய ஆசைகூட மோட்சத்தைக் கொடுப்பதில்லை. அதனால் அவன் மோட்சத்தை அடைய முடிவதில்லை. அந்த எண்ணத்துக்கே அடிமைப்பட்டு விடுகிறான். அந்த அறியாமையிலேயே உழன்று கொண்டு இருக்கிறான்.

இதனால்தான் "வேண்டாமை ஒரு விழிச் செல்வம் – சிறப்பான செல்வம்" என்றார் திருவள்ளுவர். மோட்சத் தையும் விரும்பாமல் மக்களுக்குத் தன்னலமின்றிப் பணி செய்து வந்தால் அதுவே மோட்சத்துக்கு நம்மை அழைத்துச் சென்றுவிடும்.

ஒவ்வொரு ஆசையும் நம்மை அடிமைப் படுத்திவிடுகிறது. அதனால் அமைதியை இழந்து தவிக்கிறோம்.

மோட்சம் அடைய வேண்டுமானால் அதற்கு ஆசையை முதலில் விட்டுவிட வேண்டும்.

ஆசையை விட்டுவிட்டு வாழ முடியுமா ? உண்மையில் யாராலும் ஆசையை விட்டுவிட முடியாதுதான்.

மனம் என்று ஒன்று இருக்கும் வரையில் அது ஆசைப்பட்டுக் கொண்டுதான் இருக்கும்.

இது முன்னுக்குப்பின் முரணாகவே இருக்கிறது அல்லவா ?

இந்த முரண்பாட்டிலும் ஒரு ரகசியம் இருக்கிறது. ஒவ்வொருவரும் அடிமையாவது தன்னலத்தினால்தான். தன் நலம் இல்லாத ஆசையால் ஒருவனை அடிமைப் படுத்த முடியாது.

காரணம் தன்னலமற்ற ஆசை நிறைவேறாதபோது யாருக்கும் ஏமாற்றம் ஏற்படாது. ஒன்றை எதிர்பார்த்து அது கிடைக்காமல் போகும்போதுதான் ஒருவருக்கு ஏமாற்றம் ஏற்படுகிறது.

ஏமாற்றம் ஏற்படும்போதுதான் அவருடைய அமைதி குலைந்து போகிறது. இவ்வாறு அமைதியைக் குலைப்பதுதான் ஆசையின் தன்னலமாகும்.

தன்னலமற்ற ஆசை தனக்கென்று எதையும் எதிர்பார்க்காது. இருந்தாலும் அதற்கென்று ஒரு பெரிய பரிசு இருக்கிறது. அதுதான் பொது நலத்தினால் ஏற்படும் நிலையான, விரிவான இன்பமாகும்.

பொது நலச் சேவையினால் மற்றவர்கள் இன்பமுறுகிறார்கள். அவர்கள் முகத்தில் இன்பம் பொங்கி வழிகிறது. அதைப் பார்க்கும்போது நம் முகத்திலும் இதயத்திலும் இன்பமும் அமைதியும் தாமே ஏற்படுகின்றன.

நமக்கென்று ஒன்றையும் எதிர்பார்க்காமல் பிறருக்கு ஒன்றைக் கொடுக்கும்போது ஏற்படும் மகிழ்ச்சியை அனுபவிக்கும் உணர்வு வந்துவிடும். இந்த உணர்வு வந்தவுடன் அந்த மகத்தான மகிழ்ச்சியைத் தொடர்ந்து அனுபவிக்க வேண்டும் என்ற ஆசை நம்முள் பேராசையாக வளர்ந்துவிடும்.

தன் நலம் இல்லை என்றால் இன்பமே இல்லை என்று பலர் எண்ணுகிறார்கள். இது தவறு.

தன் நலம் இல்லாமல் பணி செய்யும்போது தான் மகத்தான தூய இன்பத்தை அடைந்து அனுபவிக்க முடிகிறது.

பொதுத் தொண்டில் அதிகமாக ஈடுபட, ஈடுபட இன்பம் மேலும் மேலும் வளர்ந்து கொண்டே செல்கிறது.

வாழ்க்கையின் ரகசியத்தையே இவர்களால்தான் உணர்ந்து அனுபவிக்க முடியும்.

ஒன்றை மற்றவர்களுக்குக் கொடுப்பதிலும், அதைத் தனக்கு வேண்டாம் என்று நினைப்பதிலும்தான் உண்மையான இன்பம் நிலுவுகிறது.

ஒரு பொருளைத் தனக்கென்று வைத்திருப்பதில் இன்பமே இல்லை. அதைப் பிறர் மிகுதியான

மதிப்புடன் அனுபவிக்கும்படி செய்வதில்தான் முழு இன்பமும் இருக்கிறது.

இதைத்தான் "ஈத்து உவக்கும் இன்பம் அறியார் கொல் தாம்உடைமை வைத்து இழக்கும் வன்கண் அவர்" என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

'பிறருக்கு ஒரு பொருளை அதன் மதிப்பு உயரும்படி கொடுத்து அடையும் இன்பத்தை அனுபவிக்கத் தெரியாதவர்களே கொடியவர்கள்' என்கிறது இந்தத் திருக்குறள்.

நம்மிடம் உள்ள பொருள்கள் அதிகம் ஆக ஆக இதைப்பற்றிய கவலையும் நமக்கு அதிகமாகிக் கொண்டே இருக்கிறது.

கோடிக்காணக்கான சொத்து உடையவர்களையும், உயர்ந்த பதவியில் இருப்பவர்களையும், பிரதம மந்திரிகளையும், ஜனாதிபதிகளையும் பார்க்கிறோம். அவர்கள் எல்லாம் மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கிறார்கள் என்று நினைக்கிறீர்களா? இல்லை.

பதவி உயர உயரப் பொறுப்பும் அதனால் ஏற்படும் மகிழ்ச்சி இன்மையும் வளர்ந்து கொண்டே போகிறது.

உண்மையான துறவியும், உயிர்களிடத்தில் இரக்கமுடைய அறவோரும்தான் எப்போதும் இன்பமாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும், அமைதியாகவும் இருக்கிறார்கள். காரணம் அவர்கள் எதையும் இழந்து விடுவோம் என்று அஞ்ச வேண்டியதில்லை. இதைத்தான் "அஞ்சுவது யாதொன்றுமில்லை. அஞ்ச வருவதுமில்லை" என்கிறார் திருநாவுக்கரசர்.

காரணம் அவர்களுக்குத் தங்களுடைய தூய்மையான இதயத்தைத் தவிர வேறு செல்வம் ஒன்றுமில்லை. இதுதான் அவர்கள் இன்பத்தின் ரகசியமாகும்.

இதனால்தான் ஒவ்வொருவருக்கும் வைராக்யம் வேண்டும் என்கிறோம். வைராக்யம் உள்ளவர்களை எந்த ஆசையும் நெருங்கி அவர்களைத் துன்புறுத்த முடியாது.

உடலுக்கு வேண்டிய தற்காலிகமான இன்பங்களை அளிக்கும் சுவையான உணவு முதலிய போகப் பொருள்களை விடுவதன் மூலம் அமைதி என்கிற நிலையான செல்வத்தை நாம் அடைந்து இன்புறலாம்.

எந்தப் பொருளின் மீதும் பற்றில்லாமல் இருந்தோமானால் இன்னொரு பயனையும் பெறலாம். ஒருவர் பரிபூரணமாக, மிகத் திறமையாகத் தாம் செய்யும் தொழிலிலும் வெற்றி பெறலாம். தன் நலப் பற்றில்லாமல் இருப்பதன் மூலமாக குடும்ப வாழ்க்கையிலும் வெற்றி பெறலாம்.

இதற்கு ஒரு உதாரணம் சொல்ல விரும்புகிறேன். என்னுடைய யோக ஒன்றிய நிறுவனம் ஒன்றை நடத்தி வரும் நிர்வாகியிடம் இருந்து எனக்கு ஒரு கடிதம் வந்தது.

அவர் நிர்வகித்து வரும் யோக ஒன்றிய நிறுவனத்துக்கு வேறு ஒரு யோக ஒன்றிய நிறுவனத்தில் பணியாற்றும் ஆசிரியர் வந்தார்.

அவர் என்னுடைய யோக ஒன்றிய நிர்வாகியைப் பார்த்து ஒரு கேள்வி கேட்டார்.

"உங்கள் மாணவர்கள் உங்களிடம் இருந்து தினம் தினம் புதிது புதிதாக எதையாவது எதிர்பார்ப்பதில்லையா?

என்னுடைய வகுப்பில் நான் தினந்தோறும் ஏதாவது புதிது புதிதாக என் மாணவர்களுக்கு விஷயங்களைக் கற்பித்து வருகிறேன்.

அப்படி நான் புதிய விஷயங்களை அவர்களுக்குப் போதிக்கத் தவறினால் அவர்கள், 'இது என்ன நேற்று சொன்ன அதே விஷயத்தைத்தானே இன்றைக்கும் சொல்கிறீர்கள்? இதற்கு நாங்கள் ஏன் புதிதாக கட்டணம் செலுத்த வேண்டும்' என்று கேட்கிறார்கள்.

'ஏதாவது புதிய விஷயங்களை எங்களுக்கு கற்பித்தால்தான் நாங்கள் இதற்கு என்று தனியாகக் கட்டணம் செலுத்த முடியும்' என்று சொல்கிறார்கள்.

நான் என் மாணவர்களிடம் அதிகக் கட்டணம் வாங்குவதற்கு ஏற்ற முறையில் என் பாடத் திட்டங்களில் ஒவ்வொரு நாளும் புதிது புதிதாக ஒரு விஷயம் இருக்கும்படி மிகக் கவனத்துடன் என் பாடத் திட்டங்களை அமைத்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.

உங்கள் யோக ஒன்றிய நிறுவனத்தில் ஒரே பாட திட்டத்தைத் தான் தினமும் போதித்து வருகிறீர்கள். மாணவர்களோ தினம் தினம் அதிகமாக வந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். புதிய விஷயம் ஒன்றும் இல்லை என்று அவர்கள் ஏமாற்றம் அடைவதை என்னால் பார்க்க முடிபவில்லையே! என்ன காரணம்?" என்று கேட்டார்.

"இந்த யோக ஒன்றியத்தில் யோகத்தை வணிக முறையில் நடத்துவதில்லை. யோகத்தைப் போதிப்பதில் எங்களுக்கு இன்பம் ஏற்படுகிறது. அந்த இன்பத்துக்காகவே அவர்களுக்கு யோகத்தைப் போதிக்கிறோம். அவர்களும் இன்பமடைகிறார்கள்.

மாணவர்கள் தங்கள் விருப்பப்படி கட்டணம் கொடுக்கிறார்கள். யோகம் உலகாயத வணிக முறையில் இங்கு நடைபெறுவதில்லை. இங்கு இதயத்துக்குத்தான் வேலை. மூளைக்கு அல்ல. புதிய விஷயம் வேண்டும் என்று விரும்புவது மூளைதானே!

தங்கள் யோக வகுப்பில் தாங்கள் பணத்தை எதிர்பார்த்து யோகத்தைக் கற்பித்து வருகிறீர்கள் என்று நினைக்கிறேன். அதனால் தான் தங்கள் யோக வகுப்பில் ஏதாவது ஒரு புதிய விஷயத்தைச் சொல்லிக் கொடுக்கிறீர்கள். அதன் மூலமாக அதிக மாணவர்களையும் அதிக வருமானத்தையும் எதிர்பார்க்கிறீர்கள்," என்று என்னுடைய யோக ஒன்றியத்தை நிர்வகித்து வரும் நிர்வாகி பதில் சொன்னார்.

இது உண்மை. இதுவரையில் எங்கள் யோக ஒன்றிய வகுப்புகளில் இதே மனப்பான்மையுடன் தான் மாணவர்கள் இருந்து வருகிறார்கள்.

அந்த மாணவர்கள் பலர் தாங்கள் விரும்பியதையே யோக ஒன்றியத்துக்குக் கட்டணமாகக் கொடுத்து

வருகிறார்கள். அதனால் அவர்கள் எந்த ஏமாற்றத்தையும் அடைந்ததாகத் தெரியவில்லை.

யோக ஒன்றிய நிலையத்தில் பயிலுகின்ற யோகத்தையே தங்கள் வீட்டிலும் பயிலக் கூடியவர்களாக அவர்கள் உயர்ந்தும் இருக்கிறார்கள்.

இருந்தாலும் தினந்தோறும் எங்கள் யோக ஒன்றிய நிலையத்துக்கு வந்தே யோகத்தைப் பயிலுகிறார்கள். காரணம் அவர்கள் தூய்மையான யோகத்தின் சிறப்பை இங்கு தான் பெறுகிறார்கள். இங்கு நடைபெறுவது யோக வியாபாரமல்ல யோக வியாபகமே என்பதை அவர்கள் நன்கு உணர்ந்து இருக்கிறார்கள்.

யோகத்தையும், வணிகத்தையும் அவர்கள் ஒன்றுபடுத்தவில்லை. நான் ஆற்றி வரும் யோகச் சொற்பொழிவில் கூட வேதங்கள் முதலிய நூல்களில் இருந்து புதிது புதிதாக ஏதாவது சொல்ல வேண்டும் என்று எண்ணியதில்லை.

என்னுடைய பழைய சொற்பொழிவின் 'டேப்'களை எடுத்துப் போட்டுக் கேட்பீர்களானால் நான் ஒரே விஷயத்தையே சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப, தொடர்ந்து சொல்லி வந்திருப்பதை நீங்கள் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

சுவாமிகள் ஒன்றும் புதிதாகச் சொல்லவில்லை. பழைய சுவாமிகள்தான். பழைய செய்திகளையே தான் தொடர்ந்து சொல்லி வருகிறார் என்று தான் கேட்பவர்கள் நினைக்க முடியும்.

அப்படி நினைக்கும் போது நாம் ஏன் எப்போதும் ஒரே மாதிரி உட்கார்ந்து கொண்டு இருக்கிறோம் என்பதையும் எண்ணிப் பார்க்க வேண்டும்.

நான் அப்படி உங்களுடன் உட்கார்ந்திருக்கும் போது மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கிறேன். நீங்களும் என்னுடன் இருக்கும் போது மிகுந்த மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கிறீர்கள்.

இவ்வாறு நாம் பரஸ்பரம் ஒருவரை ஒருவர் மகிழ்ச்சியடையும்படி செய்து கொண்டு இருக்கிறோம்.

இதனால் நாம் எல்லோரும் சேர்ந்து மகிழ்ச்சியுடன் சிறிது நேரம் இருக்கிறோம். அவ்வளவுதான்.

யோகத்தின் பெயரால் சில பயிற்சிகளைச் செய்கிறோம். யோக நுட்பங்களைப் பற்றிப் பேசுகிறோம்.

இதுதான் நாம் தூய்மையான மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பதன் ரகசியம் ஆகும்.

நாம் எல்லோரும் ஒரே உணர்வுடன் கூடி இருப்பதிலேயே உண்மையான மகிழ்ச்சி நமக்கு ஏற்படுகிறது.

இவ்வாறு இருப்பது தான் எந்தப் பொருளின் மீதும் நமக்கு ஆசையில்லை என்பதைப் புரியச் செய்கிற அடிப்படையாகும். உயிர் நாடியாகும்.

நாம் எதையும் எதிர்பார்க்கவில்லை. நாம் ஒன்றாகக் கூடி இருக்கிறோம்.

நீங்களும் உங்கள் பணத்தை இழந்து விடுவதாக நினைப்பதில்லை. நானும் உங்களிடம் இருந்து பணம் பெறுவதாக உணர்வதில்லை.

நாம் ஒரே குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் என்ற உணர்வில் இங்கு கூடி இருக்கிறோம்.

நம்முடைய பணம், எண்ணம், ஆற்றல், காலம் எல்லாவற்றையும் ஒருமுகப்படுத்துகிறோம். இவ்வாறு ஒருமுகப்படுத்துவதுதான் யோகம்.

இதைத் தவிர வாழ்க்கையில் நாம் வேறு என்ன செய்ய முடியும்? என்ன செய்ய விரும்புகிறோம்.

தன்னலமில்லாமல் ஒரு தொழிலில் ஈடுபடும் போது மனம் அந்தத் தொழிலைத் தூய்மையாகவும், செம்மையாகவும் செய்கிறது. அப்போது நமக்குப் பூரண திருப்தியும் மகிழ்ச்சியும் ஏற்படுகிறது.

நம்முடைய வாழ்க்கையும் அதற்கு உரிய குறிக்கோள் உடையதாகவும், மதிப்புடையதாகவும் விளங்குகிறது.

முதலில் நாம் தன்னலத்தில் இருந்து விடுபடும் உணர்வைப் பெற வேண்டும். அப்போது தான் நமக்கு அமைதியும், இன்பமும் ஏற்படும்.

ஒவ்வொருவர் வாழ்க்கையும் வேள்வி வாழ்க்கையாக அர்ப்பண வாழ்க்கையாக மாறிவிடும்.

இந்த மண் உலகமே பொன் உலகமாக மாறிவிடும். சாதாரண வாழ்க்கையே சுவர்க்க வாழ்க்கையாக உயர்ந்து விடும்.

அன்பும், இன்பமும் நிரம்பிய தூய ஆலயமாக இந்த உலகம் விளங்கும்.

தியான வாழ்க்கை தான் வாழ்க்கைக்கு அடிப்படையான விதியாகும். வாழ்க்கை என்பது மற்றவர்களுக்குக் கொடுப்பது தானே தவிர பிறரிடம் இருந்து எதையும் பெறுவதில்லை.

உயிர்க் குலம் உயர்வதற்காகத் தங்கள் வாழ்க்கையை அர்ப்பணித்த பெரியோர்களைப் போற்றுவதற்கும், அவர்களை வணங்கி வழிபடுவதற்கும் இதுதான் காரணம்.

சிவபெருமானை ஏன் வணங்குகிறோம்?

அவர் ஆலகால விஷத்தை அருந்தி உயிர்க் குலத்தைக் காப்பாற்றினார். அதனால் அவரை வணங்கி வழிபடுகிறோம்.

சிவனுடைய கண்டத்தைத் திருநீலகண்டம் என்று ஏன் பாராட்டுகிறோம்.

தியாகம் தான் திருநீலகண்டத்தின் சின்னமாகும்.

தம்மையே உயிர்க் குலத்துக்காக அர்ப்பணித்த அந்த உன்னத செயலுக்காகத் தான் நாம் திருநீலகண்டத்தை வணங்குகிறோம்.

இந்த உலகம் இயங்கி வருவதும் இத்தகைய தியாக குணங்கள் படைத்த மகான்களின் புனிதமான வாழ்க்கை யினால்தான்.

இதையே,

பண்பு உடையார்பட்டு உண்டுஉலகம்
அதுஇன்றேல்
மண்புக்கு மாய்வது மன்

என்கிறது திருக்குறள்.

அறவோர்கள் இருப்பதால் தான் இன்றும் உலகம் ஓரளவாவது இன்பத்துடனும், அமைதியுடனும் மக்கள் வாழும்

படி இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது என்கிறது இந்தத் திருக்குறள்.

தம்மையே உலகம் உய்யும் படி வழங்கி இருக்கும் தீர்க்க தரிசிகளும், மகான்களும், சித்தர்களும் தெய்வமாகவே வணங்கப்படுகிறார்கள். போற்றப்படுகிறார்கள்.

மகான்கள் மட்டுமல்ல, இயற்கையும் அப்படித்தான். தாவரங்களும், மரங்களும், பறவைகளும், விலங்குகளும் கூட மற்ற உயிர்களுக்காகவே தங்களை அர்ப்பணித்து வாழுகின்றன.

அது மட்டுமா? ஒரு மெழுகுவர்த்தி கூட தன்னையே கரைத்துக் கொண்டு மற்றவர்களுக்கு வெளிச்சத்தைக் கொடுக்கிறது.

ஊதுபத்தி கூட மணம் பரப்பி நம்மை மகிழ்விப் பதற்காகவே, தன்னைச் சாம்பலாக்கிக் கொள்கிறது. சாம்பிராணியும் இதற்காகவே தீயில் தன்னை அர்ப்பணித்துக் கொள்கிறது.

ஒரு மரம் ஏன் வளர்கிறது?

மலரையும், பழங்களையும் கொடுப்பதற்குத் தானே!

இயற்கை முழுவதும் உயிர்க் குலத்துக்கு ஏதாவது ஒரு வகையில் உதவி செய்து கொண்டே இருக்கிறது. ஆனால் மனிதன் மட்டும் ஏன் தன்னலம் உடையவனாக இருக்கின்றான்?

நாம் இங்கு இருப்பது தொடர்ந்து கொடுத்துக் கொண்டே இருப்பதற்குத் தான். சுயநலத்துடன் வாழ்வதற்கல்ல.

சுயநலம் இல்லாமல் நாம் வாழ்ந்து வந்தோமானால் நாம் வேண்டாமலே நமக்கு உரிய பொருட்கள் நம்மிடம் வந்து சேரும். நாம் அதைப் பற்றிக் கவலைப்படத் தேவை இல்லை.

இப்போது நமக்கு ஒரு நியாயமான சந்தேகம் எழலாம்.

"நாம் கொடுத்துக் கொண்டே இருந்தால் நமக்கு உண்ண உணவு வேண்டாமா? உடுத்த உடை வேண்டாமா? குடி இருக்க வீடு வேண்டாமா?" என்று தோன்றலாம்.

இவ்வளவையும் நாம் எதற்காகப் பெற வேண்டும்? பிற உயிர்களுக்குத் தொண்டு புரிவதற்காகத் தான் என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இரவில் நிம்மதியாகப் படுத்து உறங்குவதன் மூலமாக நாம் புதிய ஆற்றலைப் பெறுகிறோம். நிம்மதியாகத் தூங்கினால் தான் காலையில் எழுந்தவுடன் மற்றவர்களுக்கு உற்சாகத்துடன் பணியாற்ற முடியும்.

நாம் சாப்பிடுவதும் மற்றவர்களுக்கு உழைப்பதற் காகத்தான்.

நம் உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்துக் கொள்வதும் மற்றவர்களுக்குத் தொண்டு செய்வதற்காகத்தான்.

இவ்வாறே நாம் செய்யும் ஒவ்வொரு காரியங்களும், மற்றவர்களுக்குப் பணிபுரிய நம்மைத் தயாரித்துக் கொள்வதற்காகவே அமைகிறது.

தியானம் கூட நாம் மட்டும் இன்பமடைவதற்காக அல்ல. மற்றவர்களுக்குப் புதிய ஆற்றலுடனும், மகிழ்ச்சியுடனும் தொண்டு புரிவதற்காகத்தான்.

இந்தப் புனிதமான எண்ணத்துடன் நாம் ஆழ்ந்து தியானம் செய்ய வேண்டும்.

அப்போதுதான் யோகப் பயிற்சியையும், தியானப் பயிற்சியையும் தன்னலமில்லாமல் செய்து அதன் பயனைப் பரிபூரணமாக அனுபவிக்க முடியும்.

"ஈசனோடு ஆயினும் ஆசை அறுமின்கள்" என்று திருமூலர் சொன்னதன் நோக்கமும் இதுதான். இது திருமூலரின் யோக அனுபவ வாக்கு என்பதை மறந்து விட வேண்டாம்.

வாழ்க்கை முழுவதும் அமைதியாகவும், இன்பத் துடனும் வாழ வேண்டுமானால் தன்னலமில்லாத உணர்வும், வைராக்யமும் வேண்டும்.

இது நமது வாழ்வை எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக வைத்திருக்கும். இதைத் தான், "உயிர்கள் இடத்தில் அன்பு வேணும். தெய்வம் உண்மை என்று தானறிதல் வேணும். வைரமுடைய நெஞ்சு வேணும். இது வாழும் முறைமையடி பாப்பா" என்கிறார் மகாகவி பாரதியார்.





16. தத்பரம் புருஷக்யாதேர் குணவைத்ருஷ்ண்யம் ||

வைராக்யம் இரண்டு வகைப்படும். ஒன்று பொருள்களை விரும்பாமை. இது சாதாரண வைராக்யம்.

மற்றொன்று அவற்றின் தன்மைகளை அதனால் ஏற்படும் விளைவுகளையும் விரும்பாமை. இதுதான் மிக உயர்ந்த அசாதாரண வைராக்யமாகும்.

அதாவது செல்வத்தை விரும்பாமையை விட அதனால் ஏற்படும் விளைவுகளை விரும்பாமைதான் மிக உயர்ந்த வைராக்யமாகும்.

இந்தச் செய்யுளில் பதஞ்சலி வைராக்யங்களிலேயே மிக உயர்ந்த வைராக்யப் பயிற்சியைப் பற்றி விளக்குகிறார்.

ஒரு பொருளை விரும்புவதும், அந்த பொருளினால் ஏற்படும் இன்பத்தை அனுபவிப்பதும் ஆகிய இவற்றில் இருந்து விடுபடுவதும் சாதாரண வைராக்யம்.

ஏதாவது ஒரு பொருளின் மீது மனதுக்கு ஆசை ஏற்படுகிறது. இந்த ஆசையில், பற்றுக் கொள்ளக்கூடாது என்று மனதைக் கட்டுப்படுத்துகிறோம். தொடர்ந்து கட்டுப்படுத்துகிறோம். அப்போது மனம் நம் கட்டுக்குள் வந்து விடுகிறது.

நம்முடைய சாதாரண விருப்பங்களுக்கு விரோதமாக நம் சிந்தனை செம்மையாகச் செயல்படும்போது மனம் அடங்கிவிடுகிறது. இது சாதாரண வைராக்யம்.

அசாதாரணமான உயர்ந்த வைராக்யத்தின் தன்மையோ வேறுபட்டது. நாம் நம்மை ஒரு பொருளுக்கும் அதனால் ஏற்படும் விளைவுகளுக்கும் எந்த வகையிலும் அடிமையாக்கிக் கொள்ளாமல் இருப்பதுதான்.

மீண்டும் சாதாரண வைராக்யத்தைப் பற்றியும் அதிலிருந்து விடுபடும் பயிற்சியைப் பற்றியும் வேறு வகையில் விளக்கிச் சொல்கிறேன். கவனமாகக் கேளுங்கள்.

ஒரு புதிய பொருளைப் பெற வேண்டும் என்ற ஆசை நம் மனத்தில் எழுந்து நம்மைத் தூண்டிக் கொண்டே இருக்கிறது. அந்தப் பொருளின் மீது மனதுக்கு இருக்கும் ஆசையை விடும்படி செய்கிறோம். இதில் வெற்றியும் பெறுகிறோம். இது சாதாரண வைராக்யம்.

நம்முடைய மனத்தில் சில பொருள்களின் மீதும் அந்தப் பொருளை அடைந்து அனுபவித்த சுவையின் மீதும் நீக்க முடியாத ஆசை ஏற்கனவே ஆழமாகப் பதிந்து இருக்கிறது. அதை எப்படி நீக்குவது ?

நாம் ஒரு பொருளை அனுபவிப்பது அதனுடைய இன்பத்தைச் சுவைத்திருக்கிறோம். அந்த இன்ப அனுபவம் அப்படியே அடிமனத்தில் ஆழமாகப் பதிந்து இருக்கிறது. அது நம் உணர்வுக்கு எட்டுகிற வரையில் அதை நீக்க முடியாது.

நீண்ட காலமாக மற்றவர்கள் தங்கள் உழைப்பால் சேர்த்து வைத்த பொருளை ஒரு திருடன் எந்த சிரமமும் படாமல் திருடிப் பிழைத்துக் கொண்டு வருகிறான். இவனுக்கு இப்போது தான் செய்வது தவறு என்ற உணர்வு வருகிறது. தன் திருட்டுத் தொழிலை விட்டுவிட எண்ணுகிறான்.

அந்தத் திருடன் ஏற்கெனவே மற்றவர்களின் உயர்ந்த பொருள்களைத் திருடி இருக்கிறான். மிக எளிதாக கிடைத்த இன்பத்தை அனுபவித்துக் கொண்டு இருக்கிறான். இந்த இன்பம் அவன் அடிமனத்தில் பதிந்து இருக்கிறது. அது அவனுக்கு இன்பம் அளித்துக் கொண்டே இருக்கிறது.

யோகத் துறையில் இந்த அனுபவங்களைப் பற்றிச் சொல்ல வேண்டுமானல், 'மனத்தில் ஆழப் பதிந்து விட்ட இன்பங்கள்' என்றும் 'எளிதில் நீக்க முடியாத இன்ப நினைவுகள்' என்றும் தான் சொல்ல வேண்டும். அப்படித்தான் சொல்ல முடியும்.

இந்தத் தீய இன்ப நினைவுகள் தான் அந்தத் திருடன் மனத்தில் அவ்வப்போது தோன்றி அவனை மயக்கிக் கொண்டே இருக்கின்றன.

இது திருட்டுத் தொழிலில் ஈடுபட்டவனுடைய மனநிலை மட்டும் இல்லை. சூழ்நிலையின் காரணமாக மற்றவர்களிடம் கூட இது போன்ற தீய எண்ணங்கள் தோன்றுவதற்கு வாய்ப்புகள் இருக்கின்றன.

ஒரு அழகான கார் தனியே இருக்கிறது. அந்தக் காரின் சொந்தக்காரர் காரின் சாவியை காரிலேயே விட்டுவிட்டுச் சென்றிருக்கிறார். நீண்ட நாளாகச் சொந்தமாகக் கார் வாங்க வேண்டும் என்ற ஆசையுள்ள ஒருவன் அந்தக் காரைப் பார்க்கிறான். அவன் ஏற்கெனவே சிறுசிறு பொருள்களைத் திருடிப் பழக்கப்பட்டவன்.

"இந்தக் காரை நான் இப்போது திருடிக் கொண்டு போய்விட்டால் என்ன? அது எனக்கு எவ்வளவோ வசதியாக இருக்குமே" என்று எண்ணுகிறான்.

"அப்போது, இந்தத் திருட்டுப் புத்தி இன்னும் உன்னைவிட்டுப் போக மாட்டேன் என்கிறதே. இதை விட்டு விடு" என்று அவனுடைய நல்ல நண்பர்களால் அவனிடம் ஏற்பட்டிருக்கும் மனச்சான்று சொல்கிறது.

அது அவனுக்கு நியாயமாகவும் படுகிறது. "நான் இன்று முதல் திருட்டுத் தொழிலை விட்டுவிடப் போகிறேன்'' என்று திடமாக நினைக்கிறான்.

''நான் உயர்ந்த சிகரெட்டுகளைக் குடித்துக் கொண்டு இருப்பேன். ஆகா! இது எப்படிப்பட்ட இன்பம் தெரியுமா?"

"உயர்ந்த வகையான மதுபானங்களையும் அருந்திக் கொண்டும் இருப்பேன். அடாடா! அப்போது நான் அனுபவிக்கும் இன்பம் என்னை சொர்க்கத்துக்கே கொண்டு போய்விடும்'' என்று எண்ணி மகிழ்ந்து கொண்டே இருக்கிறான்.

அவன் எப்படியோ யோகத்தைப் பற்றித் தெரிந்து கொண்டு, தகுந்த குரு மூலமாக யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடுகிறான்.

யோகப் பயிற்சியில் தொடர்ந்து ஈடுபடுகிறான். அதனால் யோகத்தினால் ஏற்படும் இன்பத்தின் உயர்ந்த அனுபவத்தைப் பெற்றுவிடுகிறான். அதனால் அவனுக்குச் சிகரெட்டு பிடிப்பதனால் ஏற்பட்ட இன்பமும், மது அருந்துவதினால் ஏற்பட்ட இன்பமும் உண்மையான இன்பமே அல்ல என்பதை உணர்ந்து கொண்டு விடுகிறான். அது காரணமாக சிகரெட்டு குடிப்பதையும், மது அருந்துவதையும் விட்டுவிடுகிறான்.

யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்ட பலர் இப்படி நினைக்கிறார்கள். ஆனால் அவர்கள் அடிமனத்தில் சிகரெட் குடித்த இன்ப நினைவுகளும், மது அருந்தியபோது ஏற்படும் மயக்கம் தரும் இன்ப அனுபவங்களும் இருந்து கொண்டே இருக்கும்.

அவர்கள் மன ஆழத்தில் பதிந்து கிடக்கும் அந்தப் பழைய தீய வழக்கத்தினால் அவர்களுக்கு ஏற்பட்ட கொடிய இன்பங்களை முழுமையாக அவர்களால் அகற்றிக் கொள்ள முடிவதில்லை.

ஒரு குறிப்பிட்ட அளவு அவர்களால் அந்தக் கொடிய இன்பங்களை மறக்க முடிகிறது. அவ்வளவு தான். தங்கள் மனத்தில் இருக்கும் அந்தத் தீய இன்பங்களை அடியோடு போக்க முடிவதில்லை.

இதில் அவர்கள் முழு வெற்றி பெறுவதற்கு என்ன செய்வது ?

இதற்கு யோகப் பயிற்சி ஒன்றுதான் வழி.

ஒருவர் யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டு அதில் முதிர முதிர அவர் மனம் அமைதி பெறுகிறது. இனம் தெரியாத ஓர் இனிய புனித வெள்ளத்தில் அவர் மனம் மூழ்கி மகிழ்கிறது.

தொடர்ந்து யோகப் பயிற்சி செய்து இந்த நிலைக்கு உயர்ந்து அவர் மனம் பக்குவப்பட்டவுடன் அவருடைய பழைய கொடிய இன்ப நினைவுகள் அவர் அடி மனத்தில் பதிந்திருந்து அவ்வப்போது அவருக்கு அந்த இன்பத்தை மீண்டும் துய்க்கத் தூண்டிய நினைவுகள் இப்போது முழுமையாக மறைந்து போய் விடுகின்றன.

காரணம் என்ன ? யோகப் பயிற்சியின் மூலமாக ஒருவர் தம் உள் இருக்கும் ஆன்மாவைத் தெரிந்து கொள்கிறார்.

இந்த உண்மை ஆன்ம இன்பத்தை அவர்கள் அனுபவிக்கத் தொடங்கி விடுகிறார்கள். அப்போது அவர்கள் இதற்குமுன் அனுபவித்த அற்ப சுகங்களின் நினைவுகள் எல்லாம் சூரியனின் பிரகாசமான ஒளியில் சிறு அகல் விளக்கின் ஒளி இருக்கும் இடம் தெரியாமல் மறைவது போல மறைந்து விடுகிறது.

இதுவரையில் அவர்களிடம் ஒட்டிக் கொண்டு இருந்த அற்ப சுகங்களின் மீது இருந்த பற்றும் நினைவும் அடியோடு மறைந்து போய் விடுகின்றன.

இதுதான் மிக உயர்ந்த வைராக்யமாகும்.

இந்த உன்னத நிலையை அடைவதற்கு முன்னால் அவருடைய மனம் ஊசலாடிக் கொண்டுதான் இருந்தது.

யோகப் பயிற்சியில் வெற்றியைப் பெறும்வரையில் அவர் மிக உயர்ந்த ஆன்மீக இன்பத்தை அடைந்து அனுபவிக்கவில்லை.

யோகப் பயிற்சியின் மூலமாக மிக உயர்ந்த ஆன்மீக இன்பத்தைப் பற்றிய எண்ணம் அவரிடம் இப்போது வளர ஆம்பிக்கிறது.

யோகப் பயிற்சியினால் ஏற்பட்ட அமைதியான மனத்தில் ஆரம்பத்தில் ஆன்மீக இன்ப எண்ணம் தோன்றுவது, ஆன்மீக இன்பத்தின் சாயல்தானே தவிர உண்மையான ஆன்மீக இன்ப அனுபவம் அல்ல.

இந்த அடிப்படை உண்மையை யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடுபவர்கள் தெளிவாகத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இதைப்பற்றிச் சரியாக விளங்கிக் கொள்வதற்கு உங்களுக்கு ஒரு உதாரணம் சொல்கிறேன். அதையும் கவனமாகக் கேளுங்கள்.

ஒரு நிலைக் கண்ணாடியைச் சுவரில் மாட்டுங்கள். அதற்கு முன்னால் ஒரு பிரகாசமான விளக்கை எடுத்து வையுங்கள். அப்போது அந்த நிலைக் கண்ணாடியில் இருந்து அந்த விளக்கின் ஒளி இன்னும் சக்தி வாய்ந்த பிரகாசமான ஒளியாகப் பிரதிபலிக்கும்.

அந்த நிலைக்கண்ணாடி மங்கலாக இருந்தாலோ, வர்ணமுள்ள நிலைக்கண்ணாடியாக இருந்தாலோ அந்தப் பிரகாசமான விளக்கின் ஒளி மிக மிக மங்கலாகத்தான் தெரியும்.

யோகப் பயிற்சியின் ஆரம்பநிலையில் உள்ளவர்கள் அதன் இன்பத்தை அனுபவிக்கத் தொடங்கும் போது மங்கலாகவும், வர்ணமுள்ளதாகவும் உள்ள நிலைக் கண்ணாடியின் முன் எப்படி மிகப் பிரகாசமான விளக்கின் ஒளி மிகவும் மங்கலாகத் தெரிகிறதோ, அதுபோலத்தான் நாம் வெளியில் இருக்கும் சாதாரண பொருள்களை அனுபவித்த இன்ப நினைவில் இருந்து விடுபடாமல் இருப்பதால் அது நம் மன ஆழத்தில் இருந்து ஆன்மீக இன்பத்தின் ஒளியை மறைத்துக் கொண்டு இருக்கிறது.

யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடும்போது வெளியில் இருக்கும் சாதாரண பொருள்களின் மீது உள்ள பற்றுகளை முதலில் விட்டுவிட வேண்டும்.

நம் மனக்கண்ணாடியைத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அப்போதுதான் நம்முடைய எண்ணத்திலும் யோகப் பயிற்சியினால் ஏற்படும் அனுபவத்திலும் தூய்மை ஏற்படும்.

இந்த நிலை கூட உண்மையான ஆன்மாவையும், அதன் இன்பத்தையும் அனுபவிப்பது போன்ற வெறும் கற்பனைதான்.

மனம் தூய்மையுடனும் உறுதியான வைராக்யத்துடனும் தீவிரமாகச் செயல்படும்போதுதான் அது அடையும் அனுபவம் தூய்மையாகவும் உண்மையான ஆன்மீக இன்பமாகவும் இருக்க முடியும்.

இதுதான் முதல் வைராக்யத்தில் ஒருவர் பெறும் வெற்றியாகும்.

இதுகூட யோகப் பயிற்சியின் மூலமாகக் கிடைத்த முழு வெற்றி அல்ல. வெற்றியின் சாயை தான்.

யோகப் பயிற்சியுடன் சிந்தனையிலும் உறுதி வேண்டும். அப்போதுதான் உண்மையான ஆன்மீக அனுபவம் தானாகவே ஏற்பட முடியும்.

உண்மையான ஆன்மீக அனுபவத்தை அடைவதற்குத் தீவிரமான யோகப் பயிற்சியும் சிந்தனையில் உறுதியாக இருப்பதும்தான் வழி.

அப்போது நம் மனத்தில் ஏற்படும் சலனங்கள் எல்லாம் தானே ஒய்ந்து போகும். அப்படி ஓய்ந்துபோன பிறகு ஏற்படுகின்ற எஞ்சிய நிலையில்தான் உண்மையான அமைதி ஏற்படும். அருள் இன்பம் உண்டாகும். இந்த அனுபவத்தைத்தான் ஆன்மா என்றும் இறை அனுபவம் என்றும் சொல்கிறோம்.

இந்த மிக உயர்ந்த வைராக்ய நிலை ஒரு மனிதருக்கு ஒரு கணம் நேரம் கிடைத்தாலும் போதும். அவர் அருள் ஆற்றலையும் அதனால் விளையும் பேரின்பத்தையும் அனுபவிப்பார்.

இந்த உன்னதமான அருள் ஆற்றலுடன் கூடிய ஆன்மீக இன்பத்தைப் பெறுவதற்காகத்தான் ஒவ்வொரு நாளும் சிறிது நேரமாவது தொடர்ந்து தியானத்தில் அமர வேண்டும் என்று சொல்கிறேன்.

இந்த பேரின்ப அருள் அனுபவத்தை சிறு அளவிலாவது மனம் அனுபவிக்கத் தொடங்கி விட்டால், அதற்குப் பிறகு மனம் பெற்ற பொருள்களின் மீது இருக்கும் மோகத்தையும் அதனால் கிடைக்கும் இன்பத்தையும் சிறிதும் விரும்பாது.

ஒரு சுகாதார, சுத்தமான உயர்ந்த ஹோட்டலின் சுவையான உணவைச் சாப்பிட்டுப் பழகிவிட்டால், மற்ற சாதாரண ஹோட்டல்களுக்கு நாம் சாப்பிடச் செல்வோமா? உணர்ச்சியுள்ள நாம் செல்ல மாட்டோம்.

நாம் விரும்புகிற அந்த ஹோட்டலின் உணவைச் சாப்பிடுவதற்குப் பல மைல்கள் பிரயாணம் செய்யவும் தயங்க மாட்டோம். அந்த உணவுக்குக் கொடுக்கும் விலையை விட அதிக வாடகைக்கு ஒரு ஆட்டோவையோ, வேறு வாகனத்தையோ ஏற்பாடு செய்து கொண்டு அந்த ஹோட்டலுக்குத்தான் சாப்பிடச் செல்வோம்.

நாம் யோகப் பயிற்சியினால், தியானத்திலும் பெற்ற பேரின்பத்துக்கு, மற்ற சாதாரண அழிந்து போகக்கூடிய இன்பங்களை எப்படி ஒப்பிட முடியும்?

யோகப் பயிற்சியினால் அருள் உணர்வு ஏற்பட்டவுடன் மற்ற சாதாரண பொருள்களின் மீது இருக்கும் ஆசைகளும் அதனால் ஏற்படும் இன்பங்களும் நம்மை அறியாமலே நம்மிடமிருந்து போய் விடும்.

இந்த ஆன்மீக இன்பத்தை எப்படியாவது சிறுகச் சிறுக அனுபவிக்கத் தொடங்கி விட்டோமானால் நாம் எந்த வேலையில் ஈடுபட்டு இருந்தாலும், எதைப் பற்றிச் சிந்தனை செய்து கொண்டு இருந்தாலும் மனம் சலனம் இல்லாமல் இன்பமாகவும் அமைதியாகவும் இருக்கும்.

"உடம்பை உலகத்தின் சேவையிலும், மனத்தை இறைவனின் நினைவிலும் வைத்துக் கொள்" என்று ஒரு இந்திப் பழமொழி சொல்கிறது.

இதையே, "இதயத்தை இறைவனுக்கும், அறிவை உலகத்துக்கும் பயன்படுத்து" என்று சொல்லலாம்.

இதயத்தை இறைவனோடு ஒன்றி இருக்கும் பயிற்சியில் வெற்றி பெற்று விட்டால் உலகத்தில் எந்தக்

காரியத்தையும் எளிதாகச் செய்து அதில் மகத்தான வெற்றியும் பெற்றுவிடலாம்.

இந்த உலகத்திலேயே நாம் சொர்க்க இன்பத்தை அனுபவித்து மகிழலாம்.

உலகில் எதுவும் நம்மை அடிமைப்படுத்த முடியாது. உலகில் எந்தக் காரியத்தையும் எளிதாகச் செய்து வெற்றி கொள்ளும் ஆற்றல் நமக்கு வந்துவிடும்.

நாம் எல்லாத் துறைகளிலும் இந்த உலகில் அற்புதமாக விளையாடவே செய்யலாம்.

நாம் இந்த உலகில் முறையாக விளையாடத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அதை தெரிந்து கொள்ளாவிட்டால் விளையாட்டில் இருந்து நம்மை உலகம் விலக்கிவிடும்.

நான் முதன் முதலில் கிரிக்கெட் விளையாடியது இப்போது நினைவுக்கு வருகிறது.

நான் விளையாட்டில் கவனம் செலுத்தாமல் எங்கோ பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன். அப்போது ஒருவர் வீசிய பந்துக்குப் பலியானேன்.

நான் கிரிக்கெட் மட்டையைப் போட்டுவிட்டு விளையாட்டு மைதானத்தில் இருந்து வெளியேறி விட்டேன்.

கிரிக்கெட் எனக்கு ஒரு பயங்கரமான விளையாட் டாகத் தோன்றியது. காரணம் நான் அந்த விளையாட்டின் நுட்பங்களைத் தெரிந்திருக்கவில்லை.

கிரிக்கெட் விளையாட்டின் நுட்பங்களைத் தெரிந்து விளையாடுபவர்களின் விளையாட்டை ஆயிரக்கணக்கான மக்கள் பார்த்து அனுபவித்து மகிழ்கிறார்கள்.

கடல் தண்ணீரில் காலை முதல் மாலை வரையில் இருப்பவர்களும் உண்டு. ஆனால் கடலைப் பார்த்தாலே பயப்படுகிறவர்களும் இருக்கிறார்கள்.

உலகத்தில் இன்பமாக வாழ்ந்து அதை அனுபவிக்க வேண்டுமானால் உலகத்தைக் கண்டு பயப்படக் கூடாது. உலகத்தை எப்படி இன்பமாக அனுபவிப்பது என்பதைக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

அப்போது நம்முடைய புலன்கள் எல்லாவகையான இன்பங்களையும் பெற்று மகிழும். அத்துடன் உலகத்தையும் அதன் விளைவுகளையும் முழுமையாக நாம் அனுபவித்து மகிழலாம்.

நாம் எதிலும் வறுமையில் வாட வேண்டிய நிலை ஏற்படாது.

இந்த உன்னதமான நிலையை எப்போது அடைய முடியும் ?

எல்லாவற்றுக்கும் ஆதாரமான ஒன்றை நாம் முதலில் காணும் பயிற்சியில் வெற்றி பெற வேண்டும்.

நம் மனதில் ஒரு பகுதியை எல்லாவற்றுக்கும் ஆதாரமாக இருக்கும் இறைவனுடன் இணைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பிறகு மனத்தின் மற்றொரு பகுதியால் உலகத்தில் உள்ள எல்லா இன்பங்களையும் எளிதாக அனுபவித்து மகிழலாம்.

இல்லை என்றால் உலகத்தில் உள்ள எந்தப் பொருளையும் அதனால் ஏற்படும் விளைவுகளையும் நாம் முழுமையாக அனுபவித்து மகிழ முடியாது.

நாம் உலகத்து இன்பங்களையும் அதன் விளைவுகளையும் முழுமையாக அனுபவித்து மகிழ முடியாதா? முடியும்.

ஆனால் அந்த இன்பத்தையும் அதன் விளைவுகளையும் உடனே அனுபவித்து விட முடியும் என்று மட்டும் எண்ணி விடாதீர்கள்.

மிக உயர்ந்த வைராக்யத்தில் முதலில் வெற்றி பெறுவதற்கு முயற்சி செய்யுங்கள். அந்த முயற்சியில் வெற்றி பெற்றவுடன் இந்த உலக இன்பங்கள் எல்லாம் தானே உங்களுக்கு எளிதில் கிடைக்கும். அதை அடையலாம். அதன் விளைவுகளையும் அனுபவித்து மகிழலாம்.

இதுதான் வாழ்க்கை வெற்றியில் இருக்கும் ரகசியம்.

உயர்ந்த வைராக்கியப் பயிற்சியில் வெற்றி பெற்றவர் எல்லாவற்றிலும் வெற்றி பெறுவர்.

உயர்ந்த வைராக்யத்தில் வெற்றி பெற்றவர்கள் வாழ்க்கையில் எதிலும் தோல்வி என்பதே ஏற்படாது.

ஒவ்வொருவரும் எதையும் செய்து அதில் வெற்றியும் பெறலாம்.

இதுவே ஒவ்வொருவரின் பிறப்புரிமையும் ஆகும் என்பதை மறந்து விடாதீர்கள்.

இதைத்தான்,

பிறவிப் பெருங்கடல் நீந்துவர் நீந்தார்
இறைவன் அடி சேராதார்

என்று மிக வன்மையுடன் வலியுறுத்துகிறார் திருவள்ளுவரும்.





17. விதர்க விசாரானந்தாஸ்மிதானுகமாத் ஸம்ப்ரஜ்ஞாத :||

சம்பிரஜ்ஞாத சமாதி காரண காரியம் காட்டி ஒன்றை விளக்குதல், அதைப் பற்றி நுட்பமாக ஆராய்தல், அதிலிருந்து கிடைக்கும் இன்பத்தை அனுபவித்தல், இந்த அனுபவத்தால் ஏற்படும் தூய்மையான ஆணவம் என்ற நான்கோடும் கூடியது.

பதஞ்சலி முனிவர் ஆரம்பத்தில் யோகத்தின் லட்சியத்தைச் சொல்கிறார்.

யோகத்துக்கு எட்டு பகுதிகள் உண்டு. அவற்றுள் எட்டாவது பகுதி சமாதி.

இதன் பல்வேறு வகைகளைப் பயிற்சி செய்யும் முறைகளைப் பற்றியும் அதனால் அடையும் பயன்களைப் பற்றியும் இந்த அத்தியாயத்தில் சொல்கிறார்.

சமாதிப் பயிற்சியின் முறைகளை பதஞ்சலி முனிவர் தூய ஞான விஞ்ஞான அடிப்படையில் விளக்குகிறார்.

தெரிந்த விஷயங்களைக் கொண்டு தெரியாத விஷயங்களை விளக்கிச் சொல்வது தான் விஞ்ஞானம்.

மிகத் துல்லியமான ஞான விஞ்ஞான முறையை மேற்கொண்டு யோகத்தின் பல பகுதிகளையும் விளக்குகிறார்.

ஏதாவது ஒன்றைக் கண்டுபிடித்த விஞ்ஞானி தான் கண்டுபிடித்த விஷயத்தைப் பற்றித் தெளிவாகப் புரிந்து கொண்டு அதை மற்றவர்களுக்கும் விளக்க வேண்டியது அந்த விஞ்ஞானியின் கடமையாகும்.

ஒரு மருத்துவர் தான் கண்டுபிடித்திருக்கும் மருந்தை எந்த எந்த ரசாயனப் பொருள்களைக் கொண்டு கண்டு பிடித்திருக்கிறாரோ, அந்தப் பொருள்களைப் பற்றிய ஒரு விவரமான அட்டவணையைக் கொடுத்தே ஆக வேண்டும்.

அந்த மருந்தை எப்படிச் சாப்பிட்டால் நோய் தீரும் என்பதையும், குறிப்பிட்ட நோயை தாம் கண்டுபிடித்த மருந்து போக்கினாலும், உடலில் வேறு சில விஷயங்களையும் அந்த மருந்து எப்படி உண்டாக்கும் என்பதையும் அந்த மருத்துவர் முறைப்படி தெரிவிக்கவும் வேண்டும்.

நினைத்தவுடனேயே சாதாரணமானவர்கள் சமாதிப் பயிற்சியை மேற்கொள்ள முடியாது.

சமாதிப் பயிற்சி தொடங்குவதற்கு முன்னால் ஒருவர் தம் மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதற்கு உரிய தியானத்திலும் பயிற்சி பெற்று அதில் நிறைவான அனுபவமும் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

ஏகாக்ரசித்தத்தை மனம் முதலில் பெற்று ஆக வேண்டும். அந்த நிலைக்கு மனம் பக்குவப்படவும் வேண்டும்.

மனம் பக்குவப்பட்டு இருக்கிறது என்பதை எப்படிப் புரிந்து கொள்வது ?

மனம் அந்த யோகப் பயிற்சியாளரின் கட்டுக்குள் செயல்படும் ஆற்றலையும் பெற்றிருக்கும். இந்த நிலையைப் பெற்ற பிறகு தான் சமாதிப் பயிற்சியில் முழு மனமும் ஈடுபட முடியும்.

இந்த சூத்திரத்திலும், இதற்கு அடுத்த சூத்திரத்திலும் இரண்டு வகையான சமாதி நிலையைப் பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் பேசுகிறார்.

அவை சம்பிரஜ்ஞாத சமாதி, அசம்பிரஜ்ஞாத சமாதி என்பவை.

இந்த சமாதிப் பயிற்சியில் நாலுவித அனுபவங்களைப் பெறலாம். இந்த நாலுவித அனுபவங்களையும் பகுத்துச் சொல்வது சம்பிரஜ்ஞாத சமாதி.

இவற்றையே தொகுத்துச் சொல்வது அசம் பிரஜ்ஞாத சமாதி.

இயற்கையின் தன்மைகளைப் புரிந்து கொள்வதற்கும், அதன் அமைப்புகளைத் தெரிந்து கொள்வதற்கும் யோகப் பயிற்சியாளரை சம்பிரஜ்ஞாத சமாதி உயர்த்துகிறது.

பதஞ்சலி தம் ஞான யோக அனுபவப்படி இயற்கையும் நான்கு பகுதிகளை உடையது என்கிறார்.

இயற்கையில் காணப்படும் தூலமான பகுதிகள் அதன் முதற்பகுதி.

அவை மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி ஆகிய புலன்களால் அறியக்கூடிய தூலப் பொருள்கள்.

சுவை, ஒளி, பரிசம், ஓசை, மணம் என்ற ஐந்தும் அவற்றின் தொழிலாகிய தன் மாத்திரைகளையும் ஐந்து புலன்களும் அறிந்து அனுபவிக்கக் கூடியவை.

இவை சூட்சுமப் பொருள்கள். இது இரண்டாவது பகுதி.

மூன்றாவது சித்தம். அதைப் பக்குவப்படுத்தி அனுபவித்துத் தயார் செய்து கொள்ளும் நிலையாகும்.

நாலாவது பகுதி தூய்மையான ஆணவம்.

இந்த நான்கையும்தான், மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்று சொல்வார்கள்.

சமாதி நிலையின் முதல் பகுதி தூலப் பொருள்களைக் கொண்டு பயிற்சி செய்தல். இதற்கு சவித்ரக சமாதி என்று பெயர்.

அடுத்த பயிற்சி சூட்சுமப் பொருளை தன் வயப்படுத்தும் பயிற்சியாகும். இதற்கு சவிசரா சமாதி என்று பெயர்.

மூன்றாவது சமாதி சானந்த சமாதி.

இது தூலப் பொருள், சூட்சமப் பொருள் ஆகிய இரண்டையும் கடந்து நின்று உயிர் இன்பம் அடையும் நிலையைப் பற்றியது.

நாலாவது சமாதிக்கு சாஸ்மித சமாதி என்று பெயர். இது நான் என்ற உணர்வுடன் இருக்கும் சமாதி நிலை. இதற்குத் தான் தூய்மையான ஆணவ நிலை என்று பெயர்.

இந்த நான்கு சமாதி நிலைகளையும், பூதவெளி, பகுதி வெளி, நிற்மலவெளி, பரவெளி என்கிறார் வள்ளல் பெருமான்.

மிக நுட்பமான சமாதி நிலை அனுபவங்களை ஒருவர் உடனே பெற்று விட முடியாது! இதற்கு மேலே சொன்ன நாலு நிலைகளையும் படிப்படியாக கடந்து சென்றாக வேண்டும்.

தூலமான ஏதாவது ஒரு உருவத்தை வைத்து தியானிப்பதற்கு முதலில் மனத்திற்குத்தான் சவித்ரக சமாதி என்று பெயர்.

இந்த நிலையில் மனம் நமது கட்டுக்குள் வந்து விடுகிறது.

தூலமான உருவத்தைத் தியானித்து அதில் பக்குவப்பட்ட மனம், முழுமையாக அந்த உருவ வழிபாட்டின் தன்மையைப் புரிந்து கொள்கிறது.

உடனே அதன் ஒவ்வொரு அணுப் பகுதிகளையும் புரிந்து கொண்டு உயிர் இன்புறுகிறது.

இப்போது மனம் தூல நிலைக் கவர்ச்சியில் இருந்து விலகி சூக்கும நிலையின் ஆற்றலைப் பெற்று விடுகிறது.

இதைத்தான் உருவம் கலந்து அருவமாகியது என்கிறார் வள்ளல் பெருமான்.

இவ்வாறு தூல உருவத்திலும், அதிலிருந்து விலகி சூக்கும நிலையிலும் பரிபூரண ஆற்றலைப் பெற்ற மனம், அந்தப் பொருளைப் பற்றிய நிறைவான அறிவையும் பெற்று உயர்ந்து விடுகிறது.

இதிலிருந்து ஒரு மகத்தான உண்மையை நாம் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது. அணுவைப் பிரிக்கும் ஆற்றலைக் கண்டுபிடித்த விஞ்ஞானிகள் நிச்சயம் சவித்ரக சமாதியில் பயிற்சி பெற்று அதில் வெற்றி பெற்றவர்களாகவே இருந்திருக்க முடியும்.

சவித்ரக சமாதியினால் ஏற்படும் பயன் என்ன என்பது இப்போது நமக்குத் தெளிவாகத் தெரிகிறது.

நாம் அறிய வேண்டிய பொருளின் ஒவ்வொரு அணுப் பகுதிகளையும் அறிந்து கொண்டு, அதற்கு அடிப்படையாகி அதன் உள் இருக்கும் ரகசியங்களையும் தெரிந்து கொள்வது தான்.

இந்த மகத்தான ஆற்றலை நாம் உயிர்க் குலம் உய்வதற்குத் தான் பயன்படுத்த வேண்டும். அப்படிப்பட்ட உணர்விலிருந்து வழுவிவிட்டால் என்ன நேரும்?

அணு சக்தியை உயிர்க்குலம் உய்வதற்குப் பயன்படுத்தினால் உலகம் மகத்தான ஆற்றலுடன் எல்லா நலன்களும் பெற்று இன்பமாகவும் அமைதியாகவும் விளங்கும்.

அணு சக்தியைத் தவறாகப் பயன்படுத்தியதின் விளைவை உலகம் ஏற்கனவே அனுபவித்து விட்டது! இப்போதும் அப்படிப் பயன்படுத்தி விடுவார்களோ என்று பயந்து கொண்டும் இருக்கிறது!

அசாதாரண சக்திகளை மனிதன் பெறுவதினால் உலகத்துக்கு அசாதாரணமான அபாயமும் உண்டு என்பதையும் தெரிந்து கொள்ள முடிகிறது.

ஜீவகாருண்ய உணர்வுடன் இந்த சமாதிப் பயிற்சியை மேற்கொள்ள வேண்டும். இந்த உணர்வு இல்லாமல் சமாதிப் பயிற்சியை மேற்கொண்டு அதில் வெற்றி பெறுவது அசாதாரணமான பயங்கர விளைவுகளை ஏற்படுத்த அந்தப் பயிற்சியாளரை ஊக்குவித்து விடும்.

பதஞ்சலி முனிவர் ஜீவகாருண்ய அடிப்படையைக் கொண்ட ஞான விஞ்ஞானியாக இருப்பதால் சமாதி நிலையின் இரண்டு விளைவுகளையும் பற்றிச் சொல்லித்தான் தீர வேண்டி இருக்கிறது.

இப்போது சூட்சுமமான பகுதிகளைப் பற்றி விவரிக்கும் சவிசரா சமாதியின் ஆற்றலைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்வோம்.

சவிசரா சமாதி – சுவை, ஒளி, பரிசம், ஓசை, மணம் என்பவற்றின் தொழிலாகிய தன் மாத்திரையின் சூக்குமப் பொருளின் ஆற்றலைப் பற்றி பேசுகிறது!

இவை ஞான இந்திரியங்களின் செய்கைகளைப் பற்றியே பேசுகிறது.

ஒரு பொருளின் தன்மையைத் தான் குணங்கள் என்றும், பண்புகள் என்றும் சொல்கிறோம்.

உதாரணமாக வெள்ளை நிறம், சிவப்பு நிறம், காதல், அழகு முதலியவற்றை பார்க்கிறோம்.

இவைகள் தான் அவற்றின் தன்மைகளும், குணங்களும் ஆகும்.

சாதாரண மனிதனால் தூலப் பொருளின் துணை இல்லாமல் சூக்குமப் பொருளின் தன்மைகளையோ, குணங்களையோ புரிந்து கொள்ள முடியாது.

தூலப் பொருளைப் பற்றிய தன்மைகளையும், குணங்களையும் புரிந்து கொள்ளும் பயிற்சியில் நிறைவு பெற்ற மனத்தினால் தான் சூக்குமப் பொருளின் தன்மைகளையும், குணங்களையும் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

தூலப் பொருள்களின் தன்மைகளும், குணங்களும் நீளம், அகலம், உயரம், நேரம் ஆகியவற்றைக் குறிக்கும்.

சூக்குமப் பொருளின் தன்மை என்பது அதனுடைய செயல்களின் தன்மைகளையும், குணங்களையும் குறிக்கும்.

இவற்றை உணர்ந்து கொள்ளும் ஆற்றலைப் பெறும் பயிற்சியில் வெற்றி பெறும் நிலைக்குத் தான் சவிசார சமாதி

அதாவது சிந்தனை செய்யும் ஆற்றலைப் பெற்ற சமாதி என்று பெயர்.

இதனுள் இந்திரிய ஒழுக்கமும், கரண ஒழுக்கமும் அடங்கி இருக்கிறது.

குணம் என்னும் குன்று ஏறி நின்றார் வெகுளி
கணம் ஏயும் காத்தல் அரிது

சுவை, ஒளி, ஊறு, ஓசை, நாற்றம் என்று ஐந்தின்
வகை தெறிவான் கட்டே உலகு.

என்று திருவள்ளுவர் இந்த இரண்டு திருக்குறள் பாக்களிலும் சவிசார சமாதியின் பெருமையைத்தான் சொல்கிறார்.

குணம் என்ற மலை மீது நிற்கும் அறவோர்களின் கோபத்துக்கு ஆளாகக் கூடாது. அப்படி ஆளானால் தவிர்க்க முடியாத பெரும் தீங்கு விளையும்.

சுவை, ஒளி முதலிய ஆற்றலை அறிந்த அறவோர்களுக்கு உலகம் அடங்கி நின்று பணி புரியும் என்பது மேலே இருக்கும் இரண்டு திருக்குறளுக்கும் பொருளாகும்.

தூலமான பொருள்களின் ஆற்றல்களையும், சூக்குமமான பொருள்களின் ஆற்றல்களையும் தெரிந்து கொள்வது தான் பரிபூரண அறிவு.

தூலமான பொருள்களின் பண்புகளையும், குணங்களையும் அறிவது தான் சவித்தர சமாதி.

சூக்குமமான பொருள்களின் பண்புகளையும், குணங்களையும் அறிவதுதான் சவிசார சமாதி.

இதனால் ஏற்படும் பயன்கள் ஜீவ ஒழுக்கத்துடன் பயன்படுத்தினால் உயிர் இன்பம் அடையும். அது தன் முழு ஆற்றலுடன் ஆட்சி செய்யவும் கூடியதாக விளங்கும்.

இவற்றின் விரிவான விளக்கங்களை அடுத்து பார்ப்போம்.

சிந்தனையையும் கடந்து மேலே செல்லுவது சானந்த சமாதி. இது இன்ப நிலையைப் பற்றி விளக்குவது.

இன்ப நிலையில் அறிவைப் பயன்படுத்த வேண்டிய தில்லை. அமைதியான மனதைத்தான் பயன்படுத்த வேண்டும்.

இந்த நிலையில் நாம் பெறுவதுதான் இன்பமயமான சமாதியாகும். இதைத்தான் திரு அருட்பிரகாச வள்ளலார் இன்ப உருவம் என்கிறார். இது அன்பு உருவத்தையும், அருள் உருவத்தையும் கடந்து பெறுவதாகும்.

காரண காரியங்களைக் கடந்துதான் சானந்த சமாதி.

நாலாவது சமாதி சாஸ்மித சமாதி. இதில் இன்பம் மறைந்து விடுகிறது. தன்னைப் பற்றிய உணர்வு மட்டும் இருக்கிறது.

இது நான் என்ற அகப்பற்று ஆகும். இதையே முனைப்பு என்றும் சொல்லலாம்.

குறிக்கோளை மட்டும் நோக்கிச் செல்வது, இதுதான் சாஸ்மித சமாதி.

சாஸ்மித சமாதியை தூலமாக அனுபவிக்க முடியாது. ஆனால் குறிக்கோளின் மூலம் உணர்ந்து அனுபவிக்க முடியும். சாஸ்மித சமாதியின் நுட்பமான பதிவுகளான விதைகள் மட்டும் மனதில் ஆழ்ந்து கிடக்கின்றன.

நான் என்ற உணர்வுடன் இருக்கின்றோம். ஆனால் தூலம், சூட்சுமம், காரணம் என்ற மூன்றுக்கும் உரிய பதிவுகள் மட்டும் மன ஆழத்தில் கிடக்கின்றன.

சம்பிரக்ஞாத சமாதி என்பது வெளி நோக்கி வளரும் பரிணாமம் அல்ல. உள்நோக்கி வளரும் அக வளர்ச்சியாகும். இதில் அகம் புறம் என்னும் நுட்பமான வடிவத்தில் அடங்கியே இருக்கும். இதைத்தான் அனக வளர்ச்சி என்கிறார் திரு அருட்பிரகாசர்.

உலகம் என்பது வெளிப்பாடுடைய இயற்கையாகும். அது இங்கே வெளிப்படாமல் நம் உள்ளேயே அடங்கி இருக்கிறது.

நம் உள் அடங்கி இருக்கும் இயற்கை வெளிப்படும் போது முதலில் தோன்றுவது முனைப்பு. அதைத் தொடர்ந்து அடுத்து வெளிப்படுவதுதான் உணர்வு. மூன்றாவதாக தூய மனம் வெளிப்படுகிறது.

தூய்மை பெற்ற மனம் பார்த்தல், கேட்டல், நுகர்தல், சுவைத்தல், தொடுதல் என்ற தன்மாத்திரைகளாகவும், ஆகாயம், காற்று, நெருப்பு, நீர், நிலம் என்ற பஞ்சபூதங்க ளாகவும் வெளிப்பட்டு விளங்குகிறது.

இதுதான் இயற்கையான மனத்தின் பரிணாம வளர்ச்சியாகும்.

உள்நோக்கி வளர்கின்ற இந்த அனக வளர்ச்சியின் முதல்படியை தியானத்தின் மூலம் அனுபவிக்கத் தொடங்குகிறோம்.

ஆனால் நாம் எதையும் படைக்கவும் இல்லை. அழிக்கவும் இல்லை. வெளி நோக்கி வளர்வதை படைத்தல் என்றும் உள்நோக்கி வளர்வதை அழித்தல் என்றும் சொல்வார்கள்.

“மறைந்து இருக்கும் ஒவ்வொரு பொருளும் தோன்றுகிறது. தோன்றிய அந்தப் பொருள் திரும்பவும் மறைந்து விடுகிறது” என்று கீதை சொல்கிறது.

நாம் வெளியில் பார்ப்பது மறைதலுக்கும் தோன்றுதலுக்கும் இடையில் உள்ள பொருள்களைத் தான்.

இப்படி இடையில் பார்ப்பதைத்தான் படைத்தல் என்று சொல்கிறார்கள்.

இதனால்தான் யோகிகள் கடவுள் எதையும் படைத்தார் என்று சொல்வதில்லை.

தூய உணர்வுதான் கடவுள் என்கிறார்கள் யோகிகள்.

தோன்றுவதும் மறைவதும் ஆகிய காரியங்களைச் செய்வது இயற்கைதான்.

வெளிப்படாமல் இருக்கும் இயற்கையில் பொருளும் சக்தியும் ஒன்றுடன் ஒன்றைப் பிரிக்க முடியாமல் இருக்கின்றன. அது நெருப்பில் இருக்கும் வெளிச்சத்தையும் சூட்டையும் பிரிக்க முடியாமல் இருப்பது போல இருக்கின்றன.

நெருப்பில்லாமல் சூடு இல்லை. வெளிச்சமுமில்லை. சூடும் வெளிச்சமும் இல்லாமல் நெருப்பும் இல்லை.

டைனமோ என்னும் மின்சார உற்பத்தி செய்யும் மோட்டார் ஓடினால்தான் மின்சாரம் உற்பத்தியாகும். அதுபோல வெளிப்படாத இயற்கையில் அதற்கு உரிய சக்தி தோன்றுவது இல்லை.

டைனமோ என்னும் மின்சார மோட்டார் சுழலத் தொடங்கியதும் மின்சாரம் உற்பத்தியாகி விடுகிறது. இதுபோலவே இயற்கை வெளிப்படத் தொடங்கியதும் அதன் சக்தியும் செயல்படத் தொடங்கி விடுகிறது.

இயற்கையில் இருக்கும் சக்தியாகிய பிராணன் மூன்று வகைப்படும். சத்துவம், ராஜசம், தாமதம் ஆகிய மூன்று குணங்கள்தான் அவை. அமைதி, செயல்பாடு, சோம்பல் என்றும் இதைச் சொல்வார்கள்.

இந்த மூன்று குணங்களும் சமநிலையில் இருக்கும் போது எந்தப் பொருளையும் அவை பாதிப்பதில்லை.

இந்த மூன்று குணங்களின் சமநிலையில் ஏதேனும் மாறுபாடு ஏற்பட்டால் அது எல்லாப் பொருள்களிலும் பாதிப்பை ஏற்படுத்துகின்றன. அப்போது அவற்றில் இருந்து பல வகையான வடிவங்கள் தோன்றுகின்றன. அவற்றுக்கு உரிய பெயர்களும் ஏற்படுகின்றன. இதையே நாமரூப பேதங்கள் என்று சொல்வார்கள்.

இதனால்தான் உலகம் தோன்றுகிறது. ஆகாயம், பூமி, நெருப்பு, காற்று முதலிய பூதங்களும், சூரியன் சந்திரன் முதலிய பௌதிகப் பொருள்களும் தோன்றுகின்றன.

இயற்கையில் மூழ்கிக் கிடந்த நம் கண்ணுக்குத் தெரியாத பொருள்கள் படிப்படியாக வெளிப்பட்டு பரிணாம வளர்ச்சியையும் அடைந்து நம்மால் பார்க்க முடிகிறது.

சத்வம், ராஜசம், தாமசம் ஆகிய மூன்று குணங்களும் உடைய பொருள்கள்தான் நாம்.

நாம் எதைப் பார்க்கிறோமோ, அதிலிருந்து நம்முடைய வேலையை தொடங்க வேண்டும்.

தெரிந்தப் பொருள்களில் இருந்து தெரியாத பொருள்களைத் தெரிந்து கொள்ள முயல்கிறோம்.

நாம் அறிந்த பொருள்களை ஒதுக்கிவிட்டு அறியாத பொருள்கள் எதையும் அறிந்து கொள்ள முடியாது.

பார்ப்பது, கேட்பது, நுகர்வது, சுவைப்பது, தொடுவது ஆகிய ஐந்து தொழில்களையும் செய்கின்ற நம்முடைய ஐந்து புலன்களால் அறியக்கூடிய பொருள்களைக் கொண்டு தான் எதையும் செய்யத் தொடங்குகிறோம்.

இதனால்தான் மனம் முதலில் தூலப் பொருளை கவனிக்கத் தொடங்குகிறது. இதன் மூலம் படிப்படியாக அதில் ஆழ்ந்து செல்கிறது. தூலப் பொருள் மறைந்து சூட்சமப் பொருளில் மனம் ஒன்றிவிடுகிறது.

இதற்கும் அப்பால் மனம் ஆழ்ந்து செல்கிறது. இப்போது எல்லாப் பொருள்களையும் தோற்றுவிக்கின்ற காரண உடம்புக்குள்ளும் மனம் நுழைந்து விடுகிறது. அப்போதுதான் மனம் இன்பத்தைத் துய்க்கத் தொடங்குகிறது.

இயற்கையை முறையாகத் தெரிந்து கொண்டால் தான் அதிலிருந்து நாம் விடுதலை பெறவும் முடிகிறது.

இயற்கையை புறக்கணிக்கவோ அல்லது ஒதுக்கிடவோ நம்மால் முடியாது.

சம்பிரக்ஞாத சமாதியின் நான்கு படிகளிலும் ஒன்றுக்குப் பின் ஒன்றாக முறைப்படி பயிற்சி செய்ய வேண்டும்.

சம்பிரக்ஞாத சமாதியிலும் ஒரு அபாயம் இருக்கிறது. இந்த சமாதியில் பயிற்சி செய்யும் போது சில அபாயங்கள் தோன்றும். அவற்றை எதிர்த்து அதில் வெற்றி பெறவும் வேண்டும்.

சம்பிரக்ஞாத சமாதியின்போது பல அபாரமான ஆற்றல்களும், சித்துகளும் செய்யும் தன்மை நமக்கு ஏற்படும். அவற்றில் மூழ்கிவிடுவதுதான் அந்த அபாயம்.

பல்லவ மன்னன் அப்பர் பெருமானுக்கு பல வகைத் துன்பங்களைச் செய்தான். யானையை விட்டு கொல்லச் செய்தான். யானை அவரைச் சுற்றி வந்து வணங்கிச் சென்றுவிட்டது.

நாவுக்கரசரை கருங்கல்லில் கட்டி கடலில் போட்டான். கருங்கல் தெப்பமாகி அவரைக் கரையில் சேர்த்தது.

சுண்ணாம்புக் காளவாயில் வைத்து சுடச் செய்தான். அது அவருக்கு அருவியில் குளிக்கும் இனிய இன்பத்தையே கொடுத்தது.

ஆனாலும் அவர் தனக்குத் தீமை செய்த பல்லவ மன்னனை ஒன்றும் செய்யவில்லை. அப்பர் நினைத்திருந்தால் பல்லவ மன்னனையே அழித்திருக்கலாம். அதை அவர் செய்யவில்லை.

காரணம் அவர் வாழ்க்கையில் தூய்மையும், அவர் கடைபிடித்து வந்த தன்னலம் இன்மையும் தான்.

தமக்குத் துன்பம் ஏற்பட்டபோதிலும் “இன்பமே எந்நாளும் துன்பம் இல்லை” என்று இறைவனைப் பாடிப் பரவினார்.



18. விராம ப்ரத்யயாப்யாஸ பூர்வ : ஸம்ஸ்கார சேஷோஸன்ய : ||

அசம்பிரக்ஞாத சமாதி என்பது என்ன?

சம்பிரக்ஞாத சமாதியின் பகுதிகள் எல்லாம் அசம்பிரக்ஞாத சமாதியில் மறைந்து விடுகின்றன.

ஆனால் அவற்றால் நம் மனதில் ஏற்பட்ட பதிவுகள் மட்டும் இந்த சமாதியில் நுட்பமாகத் தங்கி இருக்கின்றன.

காட்சி, கருத்து, உரை என்ற மூவகை அளவையும் ஒன்றை மற்றொன்றாக அறிகின்ற மாற்று அறிவும், சொல்லினால் ஏற்படும் மயக்கம், தூக்கம், நினைவு என்ற ஐந்து வகையான சித்த விருத்திகள் என்ற மன அலைகள் அசம்பிரக்ஞாத சமாதியில் விலக்கப்படுகின்றன.

சம்பிரக்ஞாத சமாதியின்போது ஏற்படும் மன அலைகள் அதனுடைய பதிவுகளை நம் மனத்தில் தங்கும்படிச் செய்திருக்கின்றன. அந்தப் பதிவுகள் இப்போது எழுந்து நம்மை விபரீதமான உலக வாழ்க்கைக்குள் மீண்டும் தள்ள முயற்சிக்கின்றன.

சம்பிரக்ஞாத சமாதி நான்கு வகை ஒழுக்கங்களைக் கொண்டது.

பல கேள்விகளைக் கேட்டு விஷயங்களைத் தெரிந்து கொள்ளத் துடிக்கும் இந்திரிய ஒழுக்கம்.

பலவகையான ஆராய்ச்சிகளில் ஈடுபடும் கரண ஒழுக்கம்.

பல்வேறு வகையான இன்பங்களில் ஈடுபடும் ஜீவ ஒழுக்கம்.

பல்வேறு துறைகளில் ஈடுபட்டு அவற்றை ஆளுவதற்கு முயற்சிக்கும் ஆன்ம ஒழுக்கம்.

இந்த நாலு வகை ஒழுக்கங்களில் ஈடுபடும்போது நம்மை அறியாமலே நம்மிடம் உள்ள ஆணவம் தூய்மைப் படுகிறது. நம்முள் சமரச உணர்வு ஏற்படுகிறது.

உடலும், உள்ளமும் நெகிழ்ச்சி பெறுகின்றன. இதன் காரணமாக வாயெலாம் தித்திக்கும், மனமெலாம் தித்திக்கும், மதியெலாம் தித்திக்கும். மன்னிய மெய் அறிவெலாம் தித்திக்கும் என்கிற நால்வகை ஆன்மீக அனுபவம் ஏற்படும்.

இதனால் சம்பிரக்ஞாத சமாதிகளின் மூலமாக நம் மனத்தில் ஏற்பட்ட பதிவுகள் எல்லாம் தம்முடைய தீமை செய்யும் ஆற்றல்களை இழந்து விடுகின்றன. அவை நம் ஆட்சிக்குள் வந்துவிடுகின்றன.

இந்த நிலையில் நம் மனத்தில் சம்பிரக்ஞாத சமாதியின் போது ஏற்பட்ட பதிவுகளைப் பற்றிய நினைவு மட்டுமே இருக்கிறது.

இந்த நினைவையும் போக்கி விடும்படிச் செய்வது தான் அசம்பிரக்ஞாத சமாதியின் குறிக்கோளாகும்.

இந்த குறிக்கோளில் வெற்றி பெற்றதும் பிறவாப் பெருநிலையைப் பெற்றுவிடுகிறோம்.

இந்த உலகத்தில் நாம் வாழ்ந்தாலும், இந்த உலகில் வாழ்கின்ற மற்றவர்களுக்கு ஏற்படும் இன்ப துன்பங்கள் ஏதும் நமக்கு ஏற்படுவதில்லை.

அசம்பிரக்ஞாத சமாதியில் வெற்றி பெற்றவர்களுக்கு இந்த உலகப் பற்று ஒன்றுமே இருக்காது. இந்த உலகம் அவர்களுக்கு வெறும் காட்சிப் பொருள்தான். அவர்கள் நிலையான உலகத்தின் பேற்றைப் பெற்று விடுகிறார்கள்.

எல்லாவற்றிலும் இருந்தும் விடுதலை பெற்றுவிடுகிறார்கள். சுதந்திரமான மனிதர்களாக உயர்ந்து விடுகிறார்கள். தங்கள் வாழ்வில் பரிபூரணத்வம் பெற்று விடுகிறார்கள்.

இந்த உன்னத நிலையைத்தான் கைவல்ய நிலை என்று சொல்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

அசம்பிரக்ஞாத சமாதியில் வெற்றி பெற்றுவிடுவது இந்த உலக வாழ்வில் இருந்து மறைந்து போய்விடுவது அல்ல. உயிரைப் பிரிந்து அமரத்வம் பெற்றுவிடுவது அல்ல. இந்த உலகில் இருந்துகொண்டே பேரின்பப் பெருவாழ்வு அனுபவித்துக் கொண்டு இருப்பதுதான் அசம்பிரக்ஞாத சமாதி நிலையாகும்.

இந்த நிலையைப் பெற்ற அறவோர்களே ஜீவன் முக்தர்கள் என்று போற்றப்படுவார்கள்.

ஜீவன் முக்தர்கள் மற்ற மனிதர்களைப் போலவே இந்த உலகில் வாழ்பவர்கள்தான். ஆனால் அவர்கள் வாழ்க்கை முழுமை பெற்ற புனித வாழ்க்கை. ஜீவ காருண்ய ஒழுக்கமுள்ள தூய்மையான வாழ்க்கையாக இருக்கும்.

அசம்பிரக்ஞாத சமாதியில் ஒருவர் இயற்கை உண்மை பற்றி பூரணமாக அறிந்து கொள்கிறார்.

அவர் அறிந்துகொண்ட இயற்கை உண்மையை அவருடைய ஆட்சிக்குள் கொண்டுவரும் ஆற்றலைப் பெற்று விடுகிறார்.

முடிவில் இயற்கை உண்மையை எது எது மறைத்துக் கொண்டிருந்ததோ அவற்றை எல்லாம் நீக்கிவிடுகிறார். அதன் முழுத் தன்மையையும் அவரால் உணர முடிகிறது. இப்போது சுதந்திரமாக இயற்கை விளக்கத்துடன் இயற்கை இன்பத்தை முழுமையாக அனுபவிக்கவும் தொடங்கி விடுகிறார்.

இந்த இயற்கை உண்மையின் அடிப்படை ரகசியத்தைப் பலர் புரிந்து கொள்வதில்லை. இயற்கை உண்மையையும் அதன் ஆற்றலையும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமானால் குடும்ப வாழ்க்கையையும் சமூக

வாழ்க்கையையும் துறந்துவிட வேண்டும் என்று எண்ணுகிறார்கள். எனவே குடும்பத்தை விட்டும் சமூகத்தை விட்டும் காட்டுக்குச் சென்று விடுகிறார்கள். அங்கிருக்கும் மலைக் குகைக்குள் அடைக்கலமாகி விடுகிறார்கள்.

குகைக்குள் இருந்து தவம் செய்வதன் மூலமாக இயற்கை உண்மையையும் அதன் ஆற்றலையும் தெரிந்து கொள்ளலாம் என்று நம்புகிறார்கள். அதன் மூலமாக பரிபூரண வாழ்க்கையை அடையலாம் என்றும் நினைக்கிறார்கள். அதற்காகத் தொடர்ந்து பாடுபடுகிறார்கள். இதில் அவர்கள் ஒரு நாளும் வெற்றி பெறவே முடியாது. வீணாக உடலை வருத்திக் கொள்வதைத் தவிர வேறு ஒன்றையும் அவர்களால் இதில் பெறமுடியாது.

அவர்கள் எங்கு போய் ஒளிந்து கொண்டாலும் அவர்களுடைய இயற்கை அவர்களைவிட்டுப் பிரியாது.

அவரவர் மனத்தில் பதிந்திருக்கும் தேவையற்ற பதிவுகளில் இருந்து, அவர்களைப் பற்றிக் கொண்டு இருக்கும் இயற்கை மனோபாவத்தில் இருந்து அவர்கள் விடுபடுவதற்கு இயற்கை உண்மையை – இறைவனை முதலில் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

பிறகு அதைத் தடுப்பவற்றை அடக்கித் தன் ஆட்சிக்குள்ளும் கொண்டு வரவேண்டும். தன் ஆட்சிக்குள் இயற்கை உண்மை வந்த பின் அவற்றை முழுவதுமாக ஒதுக்கித் தள்ளிவிட வேண்டும்.

இதற்கு முதலில் சம்பிரக்ஞாத சமாதியின் நான்கு வகையான நிலைகளையும் நன்கு பயில வேண்டும். அதாவது நான்கு வகையான ஒழுக்கங்களையும் வாழ்க்கையில் மேற் கொள்ள வேண்டும்.

இதன் மூலமாகத்தான் ஒருவர் அவரை பரிபூரணமாக உணர்ந்து கொள்ள முடியும்.

இந்த உணர்வில் இருந்தும் அவர் தம்மை விடுவித்துக் கொள்ள முயல வேண்டும். அப்படி விடுவித்துக் கொண்டு விடுதலை பெற்று பரிபூரண சுதந்திர நிலையை அடைவதுதான் அசம்பிரக்ஞாத சமாதி.

இதனால் ஏற்படும் பயன் என்ன தெரியுமா ? இயற்கை உண்மையாகிய இறைவனை அடைந்து அவன் அருளைப் பெற்று அவனை அனுபவிப்பதாகும். நிலையான வாழ்வைப் பெறுவதாகும். பேரின்பப் பெருவாழ்வு நிலையில் நிலைத்து நின்று உலாவுவதாகும்.

இதற்கு ஒருவர் தன்னைத்தானே அறிந்து கொள்ள வேண்டும். இப்படி அறிந்து கொள்வதுதான் வேதாந்தம்.

இதன் பயனாக இறைவனை அறிந்து அனுபவிப்பது தான் சித்தாந்தம்.

முதலில் ஒருவர் ஒழுக்கமுள்ள மனிதனாக ஆவதற்கு முயலவேண்டும். அதிலிருந்து ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கம் நிறைந்த மாமனிதனாக உயரவேண்டும். முடிவில் இறைவனின் தனிப்பெரும் கருணையால் இறைவனைக் காணும் வாய்ப்பு ஏற்படும். இந்த நிலைக்கு உயர்ந்தவர்கள்தான் சர்வ சாட்சி என்னும் மெய்கண்டார் தகுதிக்கு உரியவர்கள் ஆகிறார்கள்.

மனிதன் தான் இயற்கையில் சிக்கித் தவிப்பதாக நினைப்பது அவனை அனுபவிப்பதற்கு அவனைத் தயார்படுத்தி அதில் நிலைபெறச் செய்வதுதான், அசம்பிரக்ஞாத சமாதியில் அவன் அடையும் பயனாகும்.

இதையே ஒவ்வொருவர் உள்ளே விளங்கும் இறைவன் அனகமாக – உள் இருந்தே விரிந்து பெருவாழ்வு பெறுவதாகும் என்பார்கள்.





19. பவப்ரத்யயோ விதேஹ ப்ரக்ருதி லயானாம் ||

பொதுவாக யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்ட மக்கள் உலகப் பொருள்களையும் அனுபவிப்பதில் ஈடுபடுகிறார்கள். முடிவில் இந்த உடலை விட்டுவிட்டு மறைந்து விடுகிறார்கள்.

இவர்களை பிரகிருதிலயர் என்றும் விதேகமுக்தர்கள் என்றும் சொல்வார்கள்.

இத்தகையோர் மேலும் உயரவேண்டுமானால் சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் தொடர்ந்து ஈடுபட வேண்டும்.

சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் வெற்றி பெறுவதற்கு நான்கு ஒழுக்கங்களும், பேறுகளும் இருக்கின்றன.

இந்த நான்கு ஒழுக்கங்களிலும் வெற்றி பெற்றால் தான் சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் பரிபூரணத்துவம் பெற முடியும். அப்படி பரிபூரணத்துவம் பெறாதவர்களும் இருக்கிறார்கள்.

சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் முழு வெற்றி பெறாதவர்கள் இந்தப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டால் ஏதாவது பயன் உண்டோ?

பயன் இருக்கிறது. சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் ஓரளவு பயிற்சி பெற்றதால் ஏற்பட்ட ஆன்மீக அனுபவத்தை அவர்கள்

இழப்பதில்லை என்று பதஞ்சலி முனிவர் அழுத்தமாகச் சொல்கிறார்.

இந்த ஆன்மீக அனுபவத்துடன் அவர்கள் மீண்டும் பிறக்கிறார்கள். முன்பெற்ற ஆன்மீக அனுபவம் அவர்களை மீண்டும் சம்பிரக்ஞாத சமாதிப் பயிற்சிக்குத் தூண்டுகிறது. அவர்கள் சம்பிரக்ஞாத சமாதிப் பயிற்சியைத் தொடங்குகிறார்கள்.

அப்போது அவர்களுக்கு சில சித்து ஆற்றல்கள் ஏற்படுகின்றன. இந்த சித்துகளில் ஈடுபட்டு அதையே செய்துகொண்டு இருப்பதில் திருப்தி அடைந்து விடுகிறார்கள்.

தாங்கள் சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் பெற்ற ஆற்றலை வெறும் சித்துகளில் வீணாக்கக்கூடாது. தாம் பெற்ற ஆற்றலை மேலும் மேலும் வளர்த்துக் கொண்டே செல்ல வேண்டும்.

சம்பிரக்ஞாத சமாதியின் மூலம் சாதாரண மனிதர்கள் அனுபவிக்கும் அனுபவத்தை விட உயர்ந்த ஆன்மீக அனுபவத்தை அவர்கள் பெறுகிறார்கள். இந்த அனுபவத்தின் மூலமாக அவர்கள் உலகத்தின் எல்லாப் பொருள்களையும் அடக்கி ஆளும் ஆற்றலையும் பெறுகிறார்கள்.

சம்பிரக்ஞாத சமாதியின் முழு ஆற்றலையும் பெறுவதற்குமுன் சிலர் இறந்து போகிறார்கள். ஆனால் அவர்கள் ஓரளவு ஆன்மீக அனுபவத்தை பெற்றவர்கள் என்பதை மறந்து விடக் கூடாது. இயற்கையின் ஆற்றலை அடக்கி ஆளும் சக்தியைப் பெற்றவர்கள் என்பதையும் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த நிலையைப் பெற்றவர்கள்தான் பிரகிருதிலயர் கள். அதாவது இயற்கையை அடக்கி ஆள்பவர்கள்.

இவர்கள் தங்கள் உடலைத்தான் இழக்கிறார்கள். அதாவது இந்திரிய ஒழுக்கத்தினால் பெற்ற வெள் ஒளியால் ஏற்பட்ட பதிவுகளின் கருவியாகிய உடலைத் தான் இழக்கிறார்கள்.

ஆனால் அவர்கள் கரண ஒழுக்கத்தின் மூலமாகப் பெற்ற உயிர் ஒளியின் பதிவுகளை இழப்பதில்லை. அது

அப்படியே அந்த உயிரில் நிலைத்து இருக்கிறது. அவர்களை மீண்டும் பிறக்கும் படியும் செய்கிறது.

அந்த உயிர் மீண்டும் பிறவி எடுக்கும் போது தாம் முற்பிறவியில் பெற்ற உயிர் ஒளியின் அனுபவத்துடனும் அதன் பதிவுடனும் பிறக்கிறது.

சம்பிரக்ஞாத சமாதிப் பயிற்சியில் முற்பிறவியில் விதேக முக்தர் நிலையில் மறைந்து போனவர்கள், அவர்கள் பெற்ற உயிரின் ஒளிப்பதிவுகள் காரணமாக இந்தப் பிறவியில் மீண்டும் அது அவர்களைத் தொடர்ந்து செயல்படுத்தத் தூண்டுகின்றன.

விதேக முக்தர்களான இவர்கள் ஆன்ம முக்தர்கள் நிலைக்கு உயரும் வரையில் பிறவிதோறும் அவர்கள் உயிரின் ஒளிப்பதிவுகளின் தூண்டுதல்கள் தொடர்ந்து கொண்டே இருக்கும்.

இதைத்தான், "ஒருமையில் தாம் பெற்ற கல்வி ஒருவர்க்கு எழுமையும் ஏமாப்பு உடைத்து" என்கிறது திருக்குறள்.

'ஒரு பிறவியில் ஒருவர் பெற்ற ஆன்மீகக் கல்வியின் பலன் தொடர்ந்து அவர்கள் மரணமிலாப் பெருவாழ்வைப் பெறும் வரையில் உதவிக் கொண்டே இருக்கும்' என்பதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

சாதகர் ஒருவர் பெற்ற உயிர் ஒளிப்பதிவுகள் அவருக்குப் பிறவிதோறும் எப்படி உதவுகிறது?

சாதகர் முதலில் தூல தேகத்தை அடக்கினாலும் அவர் சூக்கும தேகத்தையும் தம்வசப்படுத்த முயல வேண்டும்.

தூல தேகத்தில் இருக்கும் தூல பஞ்ச பூதங்களையும் அடக்கி விடலாம். ஆனால் சூக்கும பூதங்களை வசப்படுத்துவது அவ்வளவு எளிதல்ல.

சம்பிரக்ஞாத சமாதிக்கு, சவிகர்ப சமாதி அதாவது இந்திரிய ஒழுக்கம். சவிசார சமாதி அதாவது கரண ஒழுக்கம்.

சானந்த சமாதி அதாவது ஜீவ ஒழுக்கம். சாஸ்மித சமாதி அதாவது ஆன்ம ஒழுக்கம் என்ற நாலு படிகள் உண்டு.

சாஸ்மித சமாதியான ஆன்மீக ஒழுக்கத்தை மேற்கொள்வதற்கு முன்பே இயற்கையில் உள்ள பல நிகழ்ச்சிகளை அடக்கி ஆளும் ஆற்றலை சாதகர் பெற்று விடலாம். இந்த நிலைக்கு உயர்ந்தவர்கள்தான் சித்தர்கள்.

இந்திரன், வருணன், வாயு, அக்கினி முதலியவர்கள் கூட இந்த அளவு ஆற்றலைப் பெற்ற சித்தர்கள் தான்.

ஆன்மீக ஒழுக்கம் என்கிற சாஸ்மித சமாதி நிலையைப் பெற்றவர்கள் கூட மீண்டும் பிறந்துதான் ஆக வேண்டும். சாஸ்மித சமாதி நிலைக்கு மேலே செல்வதற்கு வேண்டிய பயிற்சியையும் பெற்றாக வேண்டும்.

ஒரு மாணவர் பல்கலைக் கழகத்தில் பட்டம் பெறுவதற்காகப் படிக்கிறார். பட்டம் பெற வேண்டுமானால் அந்தப் பட்டத்துக்கு உரிய பாடங்களை அதற்கு உரிய ஆண்டுகளில் படித்து முடிக்க வேண்டும்.

சில ஆண்டுகளில் அந்த ஆண்டுக்கு உரிய பாடங்களில் தேர்ச்சி பெறாவிட்டால் மீண்டும் அடுத்த ஆண்டு அதே வகுப்பில் சேர்ந்து படித்தே ஆக வேண்டும். அதில் தேர்ச்சியும் பெற்று ஆக வேண்டும்.

அப்படிப் பட்டம் பெறுவதற்கு என்று நிர்ணயம் செய்திருக்கும் எல்லா ஆண்டுகளும் படிக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு ஆண்டும் அந்த அந்த ஆண்டுக்கு உரிய பாடத்திட்டங்களில் தேர்ச்சி பெற வேண்டும்.

இவ்வாறு தேர்ச்சி பெற்றால்தான் பல்கலைக் கழகத்தில் ஒருவர் மேற்கொண்ட கல்வியில் பட்டம் பெறமுடியும்.

யோகப் பயிற்சி பெறும் பல்கலைக்கழகம்தான் பிரகிருதி அதாவது உலகம். சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் வெற்றி பெற்ற பிறகும்கூட உலகப் பொருள்களில் இருக்கும் ஆவல் முழுதும் போய்விடுவதில்லை. அதாவது உடலில் வெள் ஒளிப் பதிவுகளாக அவை இருக்கும்.

அத்துடன் உயிரில் ஏற்பட்ட உயிர் ஒளிப்பதிவுகளும் தொடர்ந்து இருந்து கொண்டே இருக்கும். நாம் அனுபவித்த பொருள்களும், அந்தப் பொருள்களினால் ஏற்பட்ட இன்ப நினைவுகளும் தான் உயிர் ஒளிப்பதிவுகள் ஆகும்.

இந்த இரண்டு ஒளிப்பதிவுகளையும் அதாவது உடம்பும் மனமும் பிரிந்து விடாமல் நிலைபெறச் செய்ய வேண்டும். இதற்குத் துணை செய்வது உள் ஒளிப் பதிவுகள். இவைகள் இறைவனின் தனிப் பெருங் கருணையால்தான் கிடைக்கும்.

இறைவனின் தனிப்பெருங் கருணையினால் தான் பிறப்பும் இறப்பும் ஒரு முடிவுக்கு வரும். உடலும் மனமும் இணைந்து இருக்கும்.

இப்படி நிலைபெற்று இருப்பதற்கு சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் பெற்ற அனுபவங்களும் அதன் நினைவுகளும் கூட மறக்கப்பட வேண்டும்.

இந்த நிலையை அடைவதற்கு அசம்பிரக்ஞாத சமாதிப் பயிற்சியை மேற்கொள்ள வேண்டும். இதில் வெற்றியும் பெற வேண்டும். அப்போதுதான் இந்த உலகமாகிய பல்கலைக் கழகத்தில் பெறக்கூடிய மிக உயர்ந்த பட்டமாகிய பெருவாழ்வுப் பட்டத்தைப் பெறமுடியும்.

இந்தப் பெருவாழ்வை மனிதனால்தான் பெற முடியும். தேவர்களால்கூட பெற முடியாது. தேவர்கள் பெருவாழ்வு பெற வேண்டுமானால் அவர்களும் மனிதராகப் பிறந்துதான் அதை அடைய முடியும்.

சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் முதல் மூன்று நிலைகளில் வெற்றி பெற்றவர்களே இயற்கையை அடக்கி ஆளும் சித்துகளைப் பெற்று விடுகிறார்கள். தேவர் நிலைக்கு உயர்ந்து விடுகிறார்கள். அந்த நிலையில் இருந்து கொண்டு அவர்கள் போகப் பொருளை அனுபவிக்கிறார்கள். அவர்கள் போகமாந்தர்கள். போகத்தை அனுபவிப்பதற்கே உரியவர்கள். இதனால் அவர்களால் பெருவாழ்வைப் பெற முடிவதில்லை.

பெருவாழ்வைப் பெறவேண்டுமானால் அவர்கள் மனிதர்களாக மீண்டும் பிறந்தே ஆக வேண்டும். அப்படி மனிதனாகப் பிறந்து அசம்பிரக்ஞாத சமாதியில் அதாவது ஆன்மிக ஒழுக்கத்தில் பரிபூரண வெற்றி பெறும் வரையில் இந்தப் பிறப்பும் இறப்பும் தொடர்ந்து நடந்து கொண்டே இருக்கும்.

அசம் பிரக்ஞாத சமாதியின் முடிவில் சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் பெற்ற வெள் ஒளிப்பதிவுகள், உயிர் ஒளிப்பதிவுகள் அத்தனையும் மறந்து விடுகின்றன. உள் ஒளிப்பதிவுகள் மட்டும் மேலோங்கி இருக்கின்றன.

நம் உயிரின் உள்ளே இருக்கும் உள் ஒளிப்பதிவைப் பெற்றுக் கொள்கிறோம். நாம் யார் என்பதை நம்மால் அறிந்து கொள்ளவும் முடிகிறது. அதனால் பெறற்கு அரிய பெருவாழ்வு நிலையையும் அடைந்து கொள்கிறோம்.





20. ச்ரத்தா வீர்ய ஸ்ம்ருதி ஸமாதி ப்ரஜ்ஞா பூர்வக இதரேஷாம். ||

இந்த அசம்பிரக்ஞாத சமாதி போதுமான வைராக்யம் உள்ளவர்களுக்கு நம்பிக்கை, ஆற்றல், நினைவு, அடக்கம், விவேகம் இவற்றால் உண்டாகிறது.

இந்த ஐந்து முறைகளைப் பற்றிய விரிவான விளக்கத்தை பதஞ்சலி முனிவர் இரண்டாவது பாதமாகிய சாதனபாகத்தில் விளக்கி இருக்கிறார்.

சுருக்கமாகச் சொல்ல வேண்டுமானால் மேலே சொல்லப்பட்ட ஐந்து முறைகளும் சாதகருக்கு இருக்க வேண்டும். இல்லையென்றால் தொடக்க காலத்தில் நம்பிக்கையும் தைரியமும் மட்டுமாவது இருக்க வேண்டும்.

சாதகர் ஆற்றலுடன் விளங்க வேண்டும். நினைவு ஆற்றலையும் வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதுவரையில் சாதகர் கற்றுக் கொண்டிருக்கும் யோக சாதனங்களைப் பற்றிய உண்மைகளையும் அதில் அவர் செய்திருக்கும் தவறுகளையும் போதுமான அளவு நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

இதில் தவறினால் சாதகர் உலகத்தின் ஆசாபாசங்களில் மீண்டும் சிக்கிக் கொள்வார்.

உண்மையில் சமாதி பற்றி இதுவரையில் சொல்லப் பட்ட முறைகளைத் தொடர்ந்து பயிற்சி செய்வதில் கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும்.

முடிவாக இயற்கை உண்மையான ஆன்மாவைப் பற்றியும், தோன்றி மறைகிற இயற்கையைப் பற்றியும் பகுத்து அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.





21. தீவ்ர ஸம்வேகானாமாஸன்ன : ||

மிகத் தீவிரமாகப் பயிற்சியில் ஈடுபடும் சாதகர் களுக்கு அசம்பிரக்ஞாத சமாதி விரைவிலும் எளிதாகவும் கைகூடி விடுகிறது.



22. ம்ருதுமத்யாதி மாத்ரத்வாத் ததோஸபி விசேஷ : ||

மிக மெதுவாகப் பயிற்சி செய்யும் சாதகர்களுக்கு அசம்பிரக்ஞாத சமாதியின் பயன் மிக மெதுவாக கிடைக்கிறது.

சற்று வேகமாகப் பயிற்சி செய்யும் சாதகர்களுக்கு அசம்பிரக்ஞாத சமாதியின் பயன் சற்று வேகமாகவே கிடைக்கிறது.

தீவிரமாகப் பயிற்சி செய்யும் சாதகர்களுக்கு அசம்பிரக்ஞாத சமாதியின் பயன் மிக விரைவில் கிடைத்து விடுகிறது.



23. ஈச்வரப்ரணிதானாத்வா ||

அசம்பிரக்ஞாத சமாதியில் வெற்றி காண்பதற்கு சாதகரின் முயற்சி மட்டும் போதாது. இறைவனிடம் சாதகர் தம்மைப் பரிபூரணமாக அர்ப்பணித்து விட வேண்டும். இந்த உணர்வுடன் இறைவனை வழிபட்டு வரவும் வேண்டும்.

சொந்த முயற்சியைத் தவிர இந்த சமாதியின் பயனைப் பெறுவதற்கு வேறு ஒரு வழியும் இருக்கிறது.

இறைவனின் தனிப்பெருங் கருணையைப் பெறுதல்; அல்லது தம்மையே இறைவனுக்கு அர்ப்பணம் செய்து விடுவதுதான் அந்த வழி.

இறைவன் என்பவர் யார்? தனிப்பட்டவர்கள் உணர்வில் மட்டும் இருப்பவன் அல்ல. பிரபஞ்சத்தின் உணர்வில், பரிபூரண தத்துவத்துடன் சர்வ சாட்சி சைதன்யமாக விளங்கிக் கொண்டு இருப்பவன்.

உண்மையான இறைவன் யார் என்று பதஞ்சலி முனிவர் இன்னும் விளக்கமாகச் சொல்கிறார்.



24. க்லேச கர்ம விபாகாசயைரபராம்ருஷ்ட்ட : புருஷ விசேஷ ஈச்வர :||

இறைவன் மிக உயர்ந்த மனிதராகவே விளங்குபவர். அவரைத் துன்பமோ, ஆசையோ, செய்கையோ, அதன் பலனோ இவற்றுள் எதனாலும் பாதிப்பு ஏற்படுத்த முடியாது.

காரணம் அவரே எல்லாவற்றையும் ஆட்சி செய்கிறார். எல்லாவற்றையும் இயக்கிக் கொண்டும் இருக்கிறார். எல்லாவற்றையும் கடந்தும் இருக்கிறார். இதனால்தான் அவரைக் கடவுள் என்கிறோம்.

எல்லாவற்றையும் அவரே இயக்குவதால் அவரை கடவுள் என்கிறோம்.

உள்ளும் புறமும் இருந்து அனைத்தையும் நடத்துவதால் அவரை எதனாலும் எதுவும் செய்ய முடியாது.



25. தத்ர நிரதிசயம் சர்வஜ்ஞத்வ பீஜம் ||

எல்லாவற்றையும் அறிந்து கொள்கிற ஞானத்தின் விதைதான் இறைவன்.

இதையே வேறு விதமாகச் சொல்ல வேண்டுமானால் இறைவனே எல்லாவற்றையும் அறிய வல்லவர். இறைவனேதான் அறிவின் முழுவடிவம்.

உலகம் முழுவதையும் அறிந்தவரும் உயிர்களுக்கு அறிவிப்பவரும் அவரே.

இறைவனைப் பற்றி நாம் எப்படிக் கற்பனை செய்து பார்ப்பது ?

ஒரு வட்டத்தை மனதில் எண்ணிக் கொள்ளுங்கள்.

அந்த வட்டத்திற்கு உள்ளேயும் இடம் இருக்கிறது. அந்த வட்டத்துக்கு வெளியேயும் இடம் இருக்கிறது.

வட்டத்தின் உள்ளே இருக்கும் இடம் கண்டமாக அந்த வட்டத்தின் எல்லைக்குள் உட்பட்டதாக இருக்கிறது.

வட்டத்துக்குள் கண்டமாக இருக்கும் இடத்தை நம்பினோமானால், அதைப்போலவே வட்டத்துக்கு வெளியே எந்த எல்லைக்கும் உட்படாமல் அகண்டமாக இருக்கும் இடத்தையும் நம்பியே ஆக வேண்டும். வேறு வழியே இல்லை.

அகண்டமான இடத்தில் இருந்துதான் கண்டமான வட்டத்தை உருவாக்க இருக்கிறோம்.

அகண்ட வெளியில்லாமல் கண்ட வெளி இருக்க முடியாது. முழுப்பொருள் இல்லாமல் அதற்கு உறுப்பு இருக்க முடியாது.

நான் ஒரு ஆண் என்று சொன்னவுடன் ஒரு பெண்ணும் இருக்கிறாள் என்பதைச் சொல்லாமல் புரிந்து கொள்ளலாம்.

ஒரு பொருளுக்கு இடது பக்கம் இருக்கிறது என்றால் அதற்கு வலது பக்கமும் இருந்தே தீர வேண்டும்.

இப்படி ஒரு பொருளைப் பற்றிய எண்ணம் அதனோடு தொடர்புடைய மற்றொரு பொருளைப் பற்றியும் நமக்கு உணர்த்தியே தீரும்.

நம்முடைய அறிவு ஒரு கண்டமான எல்லைக் குள்ளேயே சுற்றிக் கொண்டே நிற்கிறது.

இந்தக் கண்டமான எல்லையைக் கடந்து அகண்டமான, எல்லையற்றதாக விளங்கும் பேரறிவில் இருந்தே நம்முடைய சிற்றறிவு தோன்றி இருக்கிறது.

முடிவற்றதைக் கொண்டே முடிவுள்ளதை அறிந்து கொள்ள முடியும்.

உயிருக்குள் உயிராக இருப்பவனே இறைவன். இந்த அடிப்படையான இயற்கை உண்மையை முதலில் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

எல்லா உயிரையும் இயக்குபவர்தான் இறைவன். இதைத்தான் பொது உணர்வு என்பது. இந்தப் பொது உணர்வு இருந்தால் தான் இறை உணர்வு ஏற்பட முடியும்.





26. ஸ பூர்வேஷாமபி குரு : காலேனானவச்சேதாத் ||

காலத்தின் வரம்புக்குள் கட்டுப்படாதவரே கடவுள். இவர் எல்லா காலத்திலும் இருந்து இருக்கின்ற இருக்கும் ஆசிரியர்களுக்கு எல்லாம் ஆசிரியர்.

அறிய வேண்டிய அறிவு முழுவதும் நம் உள்ளேயே இருக்கிறது. அதை வெளியே வேறு யாரிடத்திலும் இருந்து அறிந்து கொள்ள முடியாது.

நம் உள்ளே நமக்கு வேண்டிய அறிவு இருக்கிறது. இதை நமக்கு உணர்த்துவதற்கு ஒரு குரு வேண்டும்.

நம் முகத்தை நிலைக் கண்ணாடியில் பார்க்கிறோம். நிலைக் கண்ணாடியில் தெரிவது நம்முடைய உண்மையான முகம் இல்லை. நம்முடைய முகத்தின் தோற்றம்தான் நிலைக் கண்ணாடியில் தெரிகிறது.

நம் உள்ளேயே நாம் நம்மைப் பார்க்கவும், நம் உள்ளேயே நமக்கு வேண்டிய அறிவு இருக்கிறது என்பதை நாம் அறிந்து கொள்ளவும் நிலைக் கண்ணாடிபோல குரு நமக்குக் காட்டுவதற்கு உதவி செய்வார்.

நம்மை நாமே அறிந்து கொள்ள உதவி செய்யக்கூடிய குரு எப்படி இருக்க வேண்டும் தெரியுமா? அவரும் தம்மை தாமே அறிந்தவராக இருக்க வேண்டும்.

தம்மைத் தாமே அறிந்த கொள்வது என்றால் என்ன?

ஒவ்வொருவர் இடத்திலும் உயிருக்கு உயிராகிய இறைவன் இருக்கிறான் என்பதை அறிந்து கொள்வது தான், தம்மைத் தாமே அறிந்து கொள்வது.

தமக்குள் இறைவன் இருக்கும் உண்மையை அதாவது தம்மைத் தாமே அறிந்து கொள்ளும் அறிவை அந்தக் குரு எப்படிப் பெற்றார்?

தம்மைத் தாமே அறிந்த இன்னொரு குருதான் அவருக்கு அதை உணர்த்தி இருக்க முடியும்.

தம்மைத் தாமே அறிந்து கொள்ளும்படி அந்த குருவுக்கும் போதித்த வேறு ஒரு குரு யார்?

நூற்றுக்கணக்கான, ஆயிரக்கணக்கான குருமார்கள் வாழையடி வாழையாக வந்து கொண்டு இருக்கிறார்கள். இருந்தாலும் இவர்களுக்கெல்லாம் ஆதிகுரு, முதல் ஒருவர் இருந்திருக்க வேண்டும்.

எல்லா மனிதர்களுக்கும் மாமனிதராக விளங்குபவர் கடவுள்தான். அவர்தான் பல்லாயிரம் ஆண்டுகளாக வாழையடி வாழையாகத் தோன்றிக் கொண்டிருக்கும் குருமார்க்கெல்லாம் குரு என்று பதஞ்சலி முனிவர் சொல்கிறார்.

கடவுள் ஒருவர்தான் நிலையானவர். எனவே அவரிடம் பரிபூரணமாக பக்தி செலுத்த வேண்டும். தம்மையே முழுமையாக கடவுளிடம் சமர்ப்பித்து விட வேண்டும். இது ஒன்றுதான் சமாதி நிலை பெறுவதற்கு உரிய ஒரே வழி.

இதுவரை இறைவனைப் பற்றி சொல்லி வந்த தெல்லாம் அறிவு பூர்வமானது. இப்போது சொல்வதோ உணர்ச்சி பூர்வமானது.

அறிவைக் கொண்டு நட்பை பெற்றுவிட முடியாது. உணர்ச்சியின் மூலமாகத்தான் நட்பையும் கருணையையும் பெற முடியும்.

எனவே உணர்ச்சி பூர்வமாக கடவுளிடம் பக்தி செலுத்தி அவன் கருணையைப் பெற்று சமாதி நிலை பெறுவது மிகவும் எளிது.

“கடவுளே! எல்லாப் பொருள்களும் தங்களுக்கு உரியவை. நானும் தங்களுக்கு உரியவன்'' என்று இறைவனிடத்தில் நம்மையே முழுமையாக அர்ப்பணித்துவிட வேண்டும்.

நம்மையே நாம் பரிபூரணமாகக் கடவுளிடம் சமர்ப்பித்துக் கொண்ட அந்தக் கணமே நம்மிடம் இருந்த ஆணவம் அடியோடு மறைந்துவிடும்.

ஆனால் இப்போது நம்முடைய ஆணவத்தைத் துறக்காமலேயே நாம் யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருக்கிறோம்.

“நான் எல்லாவற்றையும் மனம் ஒன்றி முழுக் கவனத்துடன் பார்க்கிறேன். அதன் உள்ளேயும் ஊடுருவிச் செல்கிறேன். இப்போது என் மனத்தில் ஒன்றுமில்லை. அது சுத்தமாக இருக்கிறது'' என்று சொல் அளவில் சொல்லிக் கொண்டு யோகம் பயின்று கொண்டிருக்கிறோம்.

இப்படி எண்ணிக் கொண்டு யோகம் செய்வது நம்மால் எல்லாம் முடியும் என்ற ஆணவத்தினால்தான் நடைபெறுகின்றன. இந்த ஆணவ எண்ணங்கள் மறைய வேண்டும். ஆணவத்தைத் துறந்து, “என்னால் முடியாது எல்லாம் இறைவனால்தான் முடியும்” என்ற உணர்வை வருவித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த உணர்வு நம்மிடம் தோன்றிய கணத்தில் இறைவன் தம் பெரும் கருணையால் எல்லாவற்றையும் நிறைவேற்றும் ஆற்றலை நமக்கு அளிக்கத் தொடங்கி விடுகிறான். எனவே நாம் நம்மைப் பரிபூரணமாக இறைவனிடம் அர்ப்பணித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

“என்னால் செய்ய முடியும்!” என்று சொல்லும் போதெல்லாம், நாம் வரம்புக்கு உட்பட்ட இயற்கையின் ஒரு பாகமாகவே நம்மை எண்ணிக் கொள்கிறோம்.

“என்னால் எதையும் செய்ய முடியாது. இறைவனாகிய தங்களால்தான் எல்லாவற்றையும் செய்ய முடியும்” என்று

உணர்ந்து செயல்படும் அந்தக் கணமே வரம்புக்கு உட்பட்ட இயற்கையைக் கடந்து நாம் மேலே சென்று விடுகிறோம்.

யோக பயிற்சியினால் ஏற்படும் பலனைப் பெற்று அனுபவிப்பதற்கு மிக எளிய இனிய விரைவான வழி இதுதான்.

நம்முடைய மனம் வரம்புக்கு உட்பட்ட இயற்கையின் ஒரு பகுதியாக இயங்குகிறவரையில் எந்த அருஞ் செயலையும் நம்மால் செய்ய முடியாது. நிலையான மன அமைதியையும் பெற முடியாது.

நிலையான இயற்கை உண்மையாகி இறைவனிடம் நம்மை நாம் பரிபூரணமாக அர்ப்பணம் செய்தால் ஒழிய வரம்புக்கு உட்பட்ட இயற்கையைக் கடந்து மேலே செல்லவும் முடியாது.

வரம்புக்கு உட்பட்ட இயற்கைக்குள் நாம் சிக்கிக் கிடக்கும் உண்மையை அதைக் கடந்து செல்லும் போதுதான் உணர்ந்து கொள்ளவும் முடியும்.

காரணம் ஒரு பொருளை நாம் பெற வேண்டுமானால் அந்தப் பொருளுக்கு உள்ளேயே சிக்கிக் கொண்டால் அதைப் பெறவோ அந்தப் பொருளின் பலனை அனுபவிக்கவோ முடியாது.

அந்தப் பொருளின் சிக்கலுக்குள் இருந்து முதலில் நாம் வெளிவர வேண்டும். பிறகு அந்தப் பொருளை அடைந்து அனுபவிக்க முயல வேண்டும்.

அப்போதுதான் நாம் விரும்பியவை நிறைவேறும்.

நாம் சிறியவராகவும் இருக்கலாம், பெரியவராகவும் இருக்கலாம். அது ஒன்றும் முக்கியமில்லை. எப்படிப் பட்டவராக இருந்தாலும் அவர்கள் பரிபூரணமான விடுதலை உணர்வைப் பெற்றவர்கள் – சுதந்திரமாக இயங்கும் தன்மையை உடையவர்கள் என்பதை மட்டும் மறந்துவிடக் கூடாது.

இந்தச் சுதந்திர உணர்வு நம்மிடம் இருப்பதை நாம் உணர்ந்து கொண்டபோதுதான் நாம் இறைவனுடன் சேர்ந்து இருக்கும் தகுதியைப் பெறுகிறோம்.

இந்த மனப்பக்குவம் ஏற்பட்ட உடனேயே, "நான் வேறு, தன் தந்தையாகிய இறைவன் வேறு என்பதில்லை" என்ற நிலையை அடைந்து விடுவோம்.

ஒருவரைப் பற்றி நாம் பேசும்போது அவர் ஐந்து அடி ஏழு அங்குலம் உயரம் உள்ளவர். நூற்று ஐம்பது பவுண்டு எடை உள்ளவர். அவருடைய தலைமுடி கருகருவென்று இருக்கும். அது சுருள் சுருளாக நம்மை மயக்கிக் கொண்டிருக்கும் என்று சொல்வதில்லை.

இங்கு நாம் கவனிக்க வேண்டியது ஒருவருடைய உறவுதானே ஒழிய அவருடைய உடல் அமைப்பும் தோற்றமும் அல்ல.

"நானும் என் தந்தையாகிய இறைவனும் வேறு அல்ல" என்ற உறவுதான் உண்மையான உறவு. அதுதான் முக்கியம்.

உண்மையான தோழனை ஒருவருக்கு அறிமுகப் படுத்தும்போது, "நான் வேறு இவர் வேறு அல்ல" என்று சொல்லுகிறோம் அல்லவா, அதுபோல முதலில் நம் ஆணவம் மறைந்து வரம்புக்கு உட்பட்ட இயற்கையில் இருந்து விடுபட வேண்டும். தூய்மையான நிலையையும் அடைய வேண்டும். அப்போதுதான் நாம் இறைவனை நெருங்கி அனுபவிக்கும் தகுதியைப் பெறுகிறோம்.

இந்தத் தகுதி எப்போது எப்படிக் கிடைக்கும்?

நம்மையே நாம் இறைவனிடம் பரிபூரணமாக அர்ப்பணிக்கும்போதுதான் இந்தத் தகுதி கிடைக்கும். பரிபூரணமாக எல்லாவற்றையும் அனுபவிக்கவும் முடியும். இறைவனை அனுபவிக்கும் நிலைமைக்கு நாம் உயர்ந்துவிட முடியும்.

நம்முடைய அன்றாட போக வாழ்வில் நாம் அதற்கு உரிய இயற்கையுடன் இணைந்துதான் வாழ்கிறோம். உண்மையான யோக வாழ்க்கையிலோ இறைவனுடன் இணைந்து வாழ்கிறோம்.

வரம்புக்கு உட்பட்ட இயற்கையுடன் ஒன்றி இணைந்து வாழ்வது போக வாழ்க்கை. வரம்பைக் கடந்த பரிபூரணமான

இயற்கை உண்மையாகிய இறைவனுடன் இணைந்து வாழ்வது யோக வாழ்க்கை.

போக வாழ்க்கைக்கு உரிய பக்தி, சமய மதச் சார்புடைய சிறு தெய்வ வழிபாடு.

யோக வாழ்க்கைக்கு உரிய பக்தியோ, வரம்புக்கு உட்படாத இயற்கை உண்மையாகிய ஜோதி வழிபாடு.

இதுதான் சமய வாழ்க்கைக்கும் யோக வாழ்க்கைக்கும் உள்ள வேறுபாடு.

என்றாலும் எல்லா சமயங்களும் ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடிய ஜோதி வழிபாட்டுக்கு உரியது யோகம் ஒன்றுதான்.

யோகத்தின் பயிற்சியினாலும், அதனால் ஏற்படும் அனுபவத்தினாலும், அறிவினாலும் மிகக் கடினமான சமய வேதங்களையும், அவற்றில் இருக்கும் வேறுபாடுகளையும் எளிதில் உணர்ந்து கொள்ளவும் முடியும்.

எல்லாச் சமயங்களும் இறைவனை அடையும் வழிகளையே தம் தம் நிலையில் இருந்து சொல்கின்றன என்ற உண்மையைப் புரிந்து கொள்ளவும் முடியும்.

ஜோதி வழிபாட்டுக்கு உரிய ஞான யோகத்தின் மூலமாகவே சமய மத பேதமில்லாமல் மனித குலத்தை நேசிக்கவும் முடியும்.





27. தஸ்ய வாசக : ப்ரணவ : ||

ஓர் உருவமும், ஒரு பெயரும் இல்லாத இறைவனுக்கு ஆயிரக்கணக்கான பெயர்களைச் சூட்டி மகிழ்கிறோம். இந்தப் பெயர்களில் ஒன்றுகூட இறைவனின் முழு உருவத்தையும் பிரதிபலிப்பவை அல்ல.

என்றாலும் இறைவனின் எல்லாப் பெயர்களும் சேர்ந்து இறைவன் என்று ஒருவன் இருக்கிறான் என்று சொல்வதற்கும் அவன் தன்மைகளில் சிலவற்றைத் தெரிவிப்பதற்கும் முயல்கின்றன.

கடவுளோ எங்கும் இருந்தவர்; இருப்பவர்; இருந்து கொண்டும் இருக்கிறவர்.

பிரபஞ்சம் முழுவதும் பரவி இருக்கும் இந்தத் தெய்வப் பொருளுக்கு ஒரு நிலையான பெயர் வேண்டும் அல்லவா ?

அதுமட்டுமல்ல. அந்த இறைவனுக்கு உரிய நிலையான முழு பொருளை உடைய பெயரைத் திரும்பச் சொன்னால் இறைவன் நம் உள் தோன்றியே தீரவும் வேண்டும்.

நாற்காலி என்ற பெயரைச் சொல்கிறோம். அடுத்த கணம் நாற்காலி நம் மனத்தில் முழுமையாகக் காட்சி தருகிறது. ஆனால் காட்சிப் பொருளை உணர்த்தும்

சொல்லையே நாற்காலியாக்கி அதில் உட்கார முடியுமா? முடியாது.

சர்க்கரை என்று சொல்கிறோம். அது இனிப்புடன் கூடிய பொருள் என்று நமக்குத் தெரியும். ஆனால் சர்க்கரை என்ற சொல்லை வைத்து அதன் இனிப்பை அனுபவிக்க முடியுமா? முடியாது.

கடவுள் என்று சொன்னதும் கடவுளைப் பற்றிய உண்மையை நாம் புரிந்து கொள்ளலாம். அது எல்லாப் பொருளுக்கு உள்ளும் இருக்கும். எல்லாப் பொருளையும் கடந்தும் இருக்கும் என்ற உண்மையையும் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

இது மட்டும் போதுமா? போதாது. கடவுள் நம் உள்ளே தோன்றவும் வேண்டும். நாம் அதை அனுபவிக்கவும் வேண்டும்.

கடவுள் தம் முழுத் தன்மையையும் காட்டி, நம் உள் எழுந்து, நாம் அனுபவிக்கும்படிச் செய்யக்கூடிய கடவுளின் பெயர்தான் "ஓம்" என்ற பிரணவச் சொல்.

இந்துக்களின் வேதங்களும், உபநிஷத்துகளும் இறைவனின் பெயரை 'ஓம்' என்று சொல்கின்றன. அதனால் இறைவனுடைய திருநாமத்தை 'ஓம்' என்று நான் சொல்கிறேன் என்று எண்ணி விடாதீர்கள்.

இறைவன் எந்தக் குறிப்பிட்ட மதத்துக்கும் மட்டும் 'சொந்தமானவர்' அல்ல.

எல்லா சமய மதங்களும் 'ஓம்' என்பதுதான் இறைவனின் திருநாமம் என்று சொல்லுகின்றன.

பைபிள் என்ன சொல்கிறது?

முதலில் ஒரு வார்த்தை இருந்தது. அந்த வார்த்தை கடவுளுடன் இணைந்து இருந்தது. அது கடவுளாகவும் இருந்தது என்று சொல்கிறது.

வேதங்களும், உபநிடதங்களும், 'ஓம்தான் கடவுள். கடவுள்தான் ஓம்' என்று சொல்கின்றன.

ஏன் இந்த 'ஓம்' என்ற சொல்லை மட்டும் ஆதியும் அந்தமும் இல்லாத எல்லா ஆற்றலும் நிறைந்த, பிரபஞ்சம்

முழுவதும் விளங்குகின்ற கடவுளின் திருநாமம் என்று சொல்ல வேண்டும்?

'ஓம்' என்ற சொல்லுக்கு மட்டும் ஏன் இவ்வளவு ஆற்றல் இருக்க வேண்டும்? பிரபஞ்சம் முழுவதும் பரவி விளங்கும், கடவுளின் பெயராக அது ஏன் அமைய வேண்டும்?

இதற்கு என்ன காரணம்?

'ஓம்' என்ற சொல்லில் மூன்று எழுத்துக்கள் இருக்கின்றன.

உ + அ + ம் = ஓம். அந்த எழுத்துக்கள் மூன்றும் சேர்ந்தே 'ஓம்' என்ற சொல் உருவாகிறது.

இதனால்தான் ஓம் என்ற சொல்லை, அ, உ, ம் என்று எழுதுகிறார்கள்.

மாண்டுக்ய உபநிஷதம் என்ற நூல் முழுவதும் 'ஓம்' என்ற பிரணவ மந்திரத்தை விவரித்துச் சொல்வதுதான்.

மாண்டுக்ய உபநிஷதம் 'ஓம்' என்ற பிரணவத்தை நாலு பாகங்களாகப் பிரித்துச் சொல்கிறது.

ஒன்று அ, இரண்டு உ, மூன்று ம், நான்கு அனாகதம் என்பவை.

எல்லா மொழிகளுக்கும் முதல் எழுத்து 'அ' என்ற எழுத்துதான்.

வாயைத் திறந்தவுடன் உண்டாகும் ஒலிதான் 'அ' என்பது. இந்த ஒலி தொண்டையின் அடிப்பகுதியில் இருந்துதான் தோன்றுகிறது.

எனவே காதில் கேட்கும் முதல் ஒலி 'அ' என்றே தொடங்குகிறது.

'அ' என்று தொடங்கும் ஒலி வாய் முழுவதும் பரவி உதட்டில் வந்து முடிவதற்கு முன் தோன்றுகிற உயிர் ஒலிதான் 'உ' என்பது.

உதடுகளை மூடும்போது உண்டாகிற ஒலிதான் 'ம்' என்பது.

'அ' படைப்பைக் காட்டுகிறது. 'உ' காப்பதைக் காட்டுகிறது. 'ம்' மறைப்பதைக் காட்டுகிறது.

அ, உ, ம் என்ற மூன்று எழுத்துக்களும் மொழியின் தொடக்கத்தையும், வளர்ச்சியையும், முடிவையும் காட்டுகின்றன.

இதனால் எல்லா ஒலிகளும் இந்த மூன்று எழுத்தின் ஒலிகளுக்குள் அடங்கி விடுகின்றன.

'ஓம்' என்ற இந்தப் பிரணவ ஒலிதான் எல்லா ஒலிகளுக்கும் விதையாக இருக்கிறது.

'ஓம்' என்பது எல்லா வார்த்தைகளுக்கும் அடிப்படை யாகவும் இருக்கிறது.

'ஓம்' என்ற பிரணவ ஒலி முடிந்த பிறகும் அது தோற்றுவித்த ஆன்மீக அதிர்வு அலைகள் இருந்து கொண்டே இருக்கின்றன.

இந்த ஆன்மீக அதிர்வு அலைகள் 'அ' என்ற எழுத்தைத் தொடங்குவதற்கு முன் 'ம்' என்ற எழுத்தைச் சொல்லி முடித்த பிறகும் நிலையாக இருக்கின்றன.

நம் உள் ஓர் ஆன்மீக ஒலி அதிர்வு அலைகள் ஓயாமல் இயங்கிக் கொண்டே இருக்கின்றன.

இந்த ஆன்மீக அலைகளின் அடிப்படைதான் அனாகதம் என்பது. அழிக்க முடியாத ஒலி என்பது தான் இதன் பொருள்.

நாம் அமைதியாக இருக்கும்போது இந்த ஆன்மீக ஒலியை இரண்டு காதுகளாலும் கேட்க முடியும். இதுதான் இறைவனின் குரல்.

அதனால்தான் இதற்கு 'அஜபம்' என்ற பெயரும் இருக்கிறது. அஜபம் என்றால் நம்மை மீறி நம் உள்ளேயே நாம் ஜபிக்காமல் தாமே ஜபித்துக் கொண்டிருக்கும் தெய்வீக ஒலி என்று பொருள்.

'ஜபம்' என்றால் ஒலித்தல், ஓதுதல் என்று பொருள். அஜபம் என்பது நம்முடைய சொல் இல்லாமல் நாம் ஓதாமல் நம் உள் தாமே ஒலித்துக் கொண்டிருப்பது என்று பொருள். அதாவது நாம் ஓதாமல் நமக்கு வேண்டிய ஒளியையும் அளிப்பது என்று பொருள்.

மற்ற ஒலிகளை எல்லாம் நாம் கேட்காமல் இந்தப் பிரணவ ஒலியை மட்டும் நம்உள் கேட்கும் பயிற்சியை அதாவது இந்திரிய ஒழுக்கத்தைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

இந்திரிய ஒழுக்கத்தில் வெற்றி பெறும்போது நம் இரண்டு காதுகளிலும் 'ஓம்' என்ற இந்த ஆன்மீகத் தன்மையுடன் கூடிய பிரணவ ஒலியைக் கேட்டு அனுபவிக்கலாம்.

இப்படி அனுபவித்த தம் அனுபவத்தைத்தான் 'ஓதாது உணர்ந்திட ஒலித்தல்' என்கிறார் வள்ளலார்.

சிந்தனையில் கூட நாம் உச்சரிக்கும் மொழியின் வடிவம் நுட்பமாக இருக்கிறது.

சிந்தனையில் எழும் ஒலி மிக நுட்பமானது. அனாகத ஒலி என்பது தொடக்கத்திலும் முடிவிலும் தொடர்ந்து இருக்கின்ற நிலையான ஒலி.

'அ' அழியாத ஒலி என்றும், இதய ஒலி என்று ஞானிகள் சொல்கிறார்கள்.

ஆதாரங்களில் நாலாவது ஆதாரம் அனாகதம். இந்த ஆதாரம் இதயத்தைக் குறிப்பது.

'ஓம்' என்ற பிரணவ ஒலியின் தொடக்கமும், முடிவும் இதுதான்.

அந்தப் பிரணவ ஒலியைக் கேட்டு நாம் அனுபவிக்கும் போது நம்முடைய பேச்சும் நினைப்பும் நின்றுவிடுகின்றன.

அதாவது இந்திரிய கரண ஒழுக்கங்களில் வெற்றி பெற்று விடுகிறோம்.

இந்தச் சமயத்தில்தான் இறைவனுடைய குரலைக் கேட்கிறோம். அவனுடைய ஒலியின் மூலமாக உண்மையாகவே ஜீவிக்கத் தொடங்குகிறோம். செம்மையாகவே வாழத் தொடங்குகிறோம். ஜீவ ஒழுக்கத்தில் அடி எடுத்து வைக்கவும் தொடங்குகிறோம்.

பிரணவம் என்ற சொல் பிராணனுடன் தொடர்பு உடையது. இதனால்தான் இறைவன் உயிருக்குள் உயிராக

இருக்கிறார் என்று சொல்கிறோம். அதை அனுபவிக்கவும் தொடங்குகிறோம்.

ஓம் என்பதை ஏன் பிரணவம் என்று சொல்கிறோம். அது பிராணனுடன் தொடர்புடையதால் அப்படிச் சொல்கிறோம்.

பிராணன் எப்போதும் உடலை உயிருடன் வைத்துக் கொண்டிருக்கும் ஆற்றல் உடையதாகும்.

பிராணன் மனித உடலில் உயிர் தங்கி இயங்குவதற்கு உரிய அடிப்படை அதிர்வு அலைகளை உண்டாக்கிக் கொண்டு இருக்கிறது.

இந்த அதிர்வு அலைகளை நம்முடைய சாதாரண கண்களினால் பார்க்க முடியாது. இருந்தாலும் அதிர்வு அலைகளைப் பிராணன் உடலுக்குள் இருந்து அனுப்பிக் கொண்டே இருக்கிறது.

இதற்கு முடிவே கிடையாது.

நாம் எண்ணுகிறோம். பேசுகிறோம். வேலை செய்கிறோம். இவற்றை எல்லாம் நாம் விழித்துக் கொண்டு இருக்கும்போது செய்கிறோம். இதற்குத் துணைபுரிவது பிராணன்தான்.

தூக்கத்திலும் பிராணன் எழுப்பும் அதிர்வு அலைகள் ஒன்றன்பின் ஒன்றாக எழுந்து கொண்டே இருக்கின்றன.

தூக்கத்தில் மனம் அமைதியாக இருப்பதால் பிராணன் எழுப்பிக் கொண்டிருக்கும் நுட்பமான அருள் அதிர்வு அலைகளை நாம் உணர்ந்து கொள்ள முடிவதில்லை.

நாம் கண்களால் பார்க்கும் பொருள்கள் எல்லாம் அதிர்வு அலைகளால் உண்டாக்கப் பட்டவைதான் என்பதை விஞ்ஞான அடிப்படையில் விஞ்ஞானிகள் நிரூபித்துக் காட்டியும் இருக்கிறார்கள்.

அணுவுக்குள் அணுவாக இருந்து இந்த அருள் அதிர்வு அலைகள் உருவாகிக் கொண்டு இருக்கின்றன. அதனால்தான் உலகமே இயங்கிக் கொண்டே இருக்கிறது.

அணுவுக்குள் அணுவாக இருந்து இயங்கிக் கொண்டு இருக்கும் அருள் அதிர்வு அலைகளை யாராலும் எதனாலும் நிறுத்திவிட முடியாது.

உயிர் உள்ள பொருள்கள் அசைவதைத்தான் நாம் பார்க்கிறோம். ஆனால் உயிர் இல்லாத பொருள்களும் அவை அசையாமல் ஒரே இடத்தில் கிடப்பது போல் தோன்றினாலும் அவை உள்ளும் அதிர்வு அலைகள் எழுந்து பரவி அவற்றை அசைத்துக் கொண்டுதான் இருக்கின்றன. அந்த உயிர் இல்லாத பொருள்களுக்குள்ளும் உயிருக்கு ஆதரவான அதிர்வு அலைகள் எழுந்து பரவிக்கொண்டு இருக்கிறது என்பதை நம்மால் உணர முடிவதில்லை.

ஒரு கல் அசையாமல் கிடக்கிறது. ஆனால் அதன் உள்ளே பிராண அதிர்வு அலைகள் இருக்கின்றன. அதனால்தான் அந்தக் கல்லும் நிலைபெற்றுக் கொண்டு இருக்கிறது என்பதை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இதை நிரூபிப்பதற்கு வேதங்களையும், உபநிஷதங் களையும் படிக்க வேண்டியதில்லை. இன்றைய விஞ்ஞானிகளே இதை – அதாவது அசையாப் பொருள்களுக்குள்ளும் அசைவுகள் நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கின்றன என்பதை நிரூபித்து இருக்கிறார்கள்.

அசையாப் பொருள்கள் பார்ப்பதற்கு அசையாமல் இருக்கின்றன. ஆனால் அதன் உள்ளே அசைவுகள் – அதாவது பிராண அதிர்வு அலைகள் இடைவிடாமல் நடைபெற்றுக் கொண்டு இருக்கின்றன.

இதைக் ''கல்லில் பிராணன் தூங்குகிறது. தாவரங்களில் அது புரண்டு கொண்டு இருக்கிறது. விலங்குகளில் கனவு காண்கிறது. மனிதர்களில் விழித்து எழுகிறது. மாமனிதர்களில் மட்டுமே பிராணன் துடிப்புடன் வேலை செய்துகொண்டு இருக்கிறது'' என்று ஞான யோகியான பதஞ்சலி சொல்கிறார்.

பிராண மந்திரத்தை நாம் தொடர்ந்து ஓதிக் கொண்டே இருக்காமல் இருக்கலாம். ஆனால் அதன் அடிப்படை ஒலியின் அதிர்வு அலைகள் நம் சிரசுக்குள் தொடர்ந்து எழுந்து பரவிக் கொண்டே இருக்கின்றன.

இதைத்தான் வித்தாகிய ஒலி என்று சொல்வார்கள்.

கடுகிலும் சிறிய ஒரு விதைக்குள் மிகப்பெரிய ஆலமரம் அடங்கிக் கிடப்பது போல உலகத்தில் ஒலிக்கும் ஒலிக்கெல்லாம் அடிப்படையான ஒலி பிரணவ ஒலியான ஓம் காரம்தான்.

அதனால்தான் கடவுளின் பரிபூரணத்வத்தை 'ஓம்' என்ற ஒலி உணர்த்துகிறது.

இந்தப் பிரணவ ஒலி இறைவனைப் போலவே பலவற்றையும் படைக்கும் ஆற்றலுடனும் விளங்குகிறது. இந்தப் பிரணவம் என்ற சொல்லைப் பிரித்துப் பார்த்தாலே இந்த உண்மையைத் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

பிரண் – நவம் என்ற இரண்டு சொற்களால் ஆனது பிரணவம்.

'பிரண்' என்றால் 'அறிவு' என்று பொருள்.

'நவம்' என்றால் 'புதிய' என்று பொருள்.

புதிது புதிதாக எல்லாவற்றையும் படைக்கும் ஆற்றல் உடையதுதான் பிரணவம். இதைத்தான், "இல்லை உயிர் உடையார் எய்தா வினை" என்பார்கள்.

பிராணன் என்ற சொல்லுக்கு அடிப்படையும் பிரணவம்தான்.

களி மண்ணால் ஒரு கலைஞன் ஒரு மாம்பழத்தைச் செய்கிறான். மாம்பழத்துக்கே உரிய நிறத்தை அதன்மீது பூசுகிறான். அது மாம்பழத்தைப் போலவே பார்ப்பதற்கு இருக்கிறது. அதை எடுத்து அறுத்துச் சாப்பிடலாமா என்று கூடத் தோன்றுகிறது. அவ்வளவு இயற்கைத் தோற்றத்துடன் அந்தக் கலைஞன் செய்த மாம்பழம் இருக்கிறது.

இந்தச் செயற்கை மாம்பழத்தை ஒரு மேஜை மீது வைக்கிறோம். அதன் பக்கத்தில் இயற்கையான மாம்பழம் ஒன்றையும் வைக்கிறோம்.

சாதாரண மனிதனால் எது உண்மையான மாம்பழம் என்பதைக் கண்டு பிடிக்க முடியுமா? முடியாது.

இரண்டும் ஒரே வகையான மாம்பழம்போல் இருப்பதால்தான் எது உண்மையான மாம்பழம் என்று கண்டுபிடிக்க முடியாமல் திண்டாடுகிறான்.

இரண்டு மாம்பழங்களையும் எடுத்து பூமிக்குள் புதையுங்கள்.

செயற்கை மாம்பழம் முளைக்காது. ஆனால் உண்மையான மாம்பழம் முளைக்கத் தொடங்கி விடுகிறது.

இயற்கையான மாம்பழம் மட்டும் ஏன் முளைக்கிறது? அதற்குள்ளே மாமரத்துக்கு உரிய விதை இருக்கிறது. அந்த விதைக்குத்தான் படைக்கும் சக்தி – அதாவது மாமரத்தை உருவாக்கும் சக்தி இருக்கிறது.

இதைப்போலத்தான் பிரணவச் சொல்லான ஓங்காரம் மட்டும் வித்துள்ள சொல்லாக விளங்குகிறது. இதனால்தான் உலகம் முழுவதையும் படைக்கும் ஆற்றல் அதற்குள் இருக்கிறது.

களிமண்ணால் செய்த செயற்கை மாம்பழம் வெறும் களிமண். அதனால் அது மண்ணோடு மண்ணாகி விடுகிறது. அதற்குள் விதை கிடையாது.

இதுபோலத்தான் ஓம்காரம் என்ற பிரணவத்தைத் தவிர்த்த மற்ற சொற்கள் எல்லாம் உயிர் இல்லாத சொற்கள். அவற்றால் எதையும் படைக்க முடியாது.

ஓங்காரம் என்ற பிரணவச் சொல்லுக்குள் உலகத்தையே படைக்கும் ஆற்றல் உள்ள வித்து இருக்கிறது. எனவே பிரணவ மந்திரத்தின் முழுப் பொருளையும் உணர்ந்து அனுபவிக்கும் ஞானிகளை வித்தகர்கள் என்று அழைக்கிறோம்.

உலகம் முழுவதும் ஓங்காரத்தினால் உண்டானது மட்டும் அல்ல. அதே உலகம் அடங்கும்போது ஓங்காரத்துக் குள்ளேயேதான் அடங்கவும் செய்கிறது. இதனால்தான் இறைவனுடைய திருநாமத்தை ‘ஓம்’ என்று வழங்குகிறோம். மற்ற சொற்கள் எதனாலும் இறைவனின் முழுத் தன்மையை விளக்கிக் கூறிவிட் முடியாது. காரணம் அந்தச் சொற்களுக்குள் இறைவனைப் போல ஜீவன்களைப் படைக்கும் ஆற்றலுள்ள வித்து கிடையாது.

யாரோ ஒருவரால் 'ஓம்' என்ற வார்த்தை உருவாக்கப் பட்டது என்று சொல்லிவிடவும் முடியாது.

இது பலர் சேர்ந்து உருவாக்கப்பட்ட சொல்லும் அல்ல.

பலர்கூடி தீர்மானம் போட்டு கடவுளின் பெயர் 'ஓம்' என்பதுதான் என்று ஏகமனதாகவோ, பெரும்பாலோர் களாகவோ முடிவு செய்யப்பட்டதும் அல்ல. இறைவனே 'ஓம்' என்ற பிரணவ மந்திர வடிவத்தில் தாமே தோன்றி இருக்கிறார். இறைவனைப் பார்க்க வேண்டும் என்று விரும்புகிற எந்தச் சாதகரும் ஓங்காரம் என்ற பிரணவ மந்திரத்தின் மூலமாகத் தான் இறைவனைக் காண முடியும். அவன் அருளையும் பெறவும் முடியும். அந்த அருள் அனுபவத்தினால் பேரின்பத்தையும் பெறவும் முடியும். அதனால்தான் 'ஓம்' என்ற பிரணவம் எல்லா வரம்புகளையும் கடந்து உயர்ந்து நிற்கிறது.

இதற்குப் பூகோள வரம்பும் கிடையாது. அரசியல் வரம்பும் கிடையாது. சமய, மத, ஆன்மீக வரம்பும் கிடையாது.

இது ஒரு குறிப்பிட்ட நாட்டுக்கு மட்டும் உரிய சொல் அல்ல.

இது ஒரு குறிப்பிட்ட மதத்துக்கு மட்டும் உரிய சொல்லும் அல்ல.

பிரபஞ்சம் முழுவதுக்கும் உரிய பொதுவான சொல் ஆகும்.

இந்த ஓங்கார பிரணவத்தின் வடிவத்தையே அதன் ஓசையில் சிறுசிறு மாற்றங்களைச் செய்து பல சமயங்கள் உபயோகிக்கின்றன.

'ஓம்' என்ற பிரணவம் கிருத்துவத்தில் 'ஆமென்' என்று வழங்கப்படுகிறது.

இஸ்லாமியர்கள் 'ஓம்' என்ற பிரணவ மந்திரத்தையே 'அமீன்' என்று உபயோகிக்கிறார்கள்.

இதிலிருந்து 'ஓம்' என்ற பிரணவ மந்திரத்தின் ஓசையை யாரோ வேண்டுமென்றே மாற்றிவிட்டார்கள் என்று எண்ணிவிடவும் கூடாது.

சத்தியம் என்பது ஒன்றுதான்.

எந்த சம்யத்தைச் சேர்ந்தவர் தியானத்தில் அமர்ந்தாலும் அதன் அனுபவத்தை ஓங்காரத்தின் மூலமாகவே பெற முடியும்.

தாங்கள் அனுபவித்த அனுபவத்தை மக்களுக்குச் சொல்லவரும்போது அவரவர் திறமைக்கும், அவரவர் தாய்மொழிக்கும் ஏற்ப 'ஓம்' என்ற பிரணவச் சொல் தன் ஓசையில் மட்டும் வேறுபடுகிறது.

இதை ஒரு நிகழ்ச்சியின் மூலமாக விளக்கிக் காட்ட விரும்புகிறேன்.

ஒரு தாய் தன் மூன்று குழந்தைகளுடன் நின்று கொண்டு இருக்கிறாள்.

அந்தச் சமயத்தில் தூரத்தில் ஒரு வெடிச் சத்தம் கேட்கிறது.

ஒரு குழந்தை, "அம்மா! 'டொபீர்' என்ற சத்தம் கேட்டதே அது என்ன?" என்கிறது.

இன்னொரு குழந்தை, "அம்மா! 'படீர்' என்ற சத்தம் கேட்டதே அது என்ன?" என்கிறது.

மூன்றாவது குழந்தை, "அம்மா! 'டுமீர்' என்ற சத்தம் கேட்டதே அது என்ன?" என்கிறது.

வெடிச்சத்தம் என்னவோ ஒன்றுதான். ஆனால் குழந்தைகள் அந்த ஒரே சத்தத்தை தங்களுக்கு தெரிந்த வார்த்தையில் சொல்லுகின்றன.

தியானத்தில் அமரும் சாதகர்கள் அதன் வெற்றியை அடையும்போது பிரபஞ்சத்தின் வித்து ஒலியாகிய 'ஓம்' என்ற பிரணவத்தின் ஒலியைத்தான் தமக்குள் கேட்கிறார்கள்.

இறைவனின் குரலும் உருவமும் ஆகிய அதை 'ஓம்' என்ற பிரணவத்தை, "ஆ! நான் 'ஆமென்' என்ற ஒலியைக் கேட்டேன்" என்கிறார் ஒருவர்.

“ஓ! நான் ‘அமீன்’ என்ற ஒலியைக் கேட்டேன்” என்கிறார் இன்னொருவர்.

“நான் ‘ஓம்’ என்ற ஒலியைக் கேட்டேன்” என்கிறார் மூன்றாவது சாதகர்.

நான்காவது மனிதரோ “ம்ம்ம்’ என்ற ஒலியைக் கேட்டதாகச் சொல்கிறார்.

இதனால்தான் உபநிஷதம், ‘ஏகம் சத் விப்ரஹ பகுத்வதந்தி’ என்று சொல்கிறது.

அதாவது, “சத்தியம் ஒன்றுதான். சான்றோர்கள் அதைப் பல வடிவங்களில் வெளியிடுகிறார்கள்” என்கிறது.

இதனால் பிரபஞ்சத்தின் அடிப்படையான பிரணவத்தின் ஒலியை – வித்தாகிய ஒலியான ‘ஓம்’ என்ற சொல்லைப் பற்றி நாம் புரிந்து கொள்ளலாம்.

பிரபஞ்சத்திற்கு அடிப்படையானவன் இறைவன். அவனை பெயராகவும், உருவமாகவும், ஒலியாகவும் காட்டுவதற்கு ‘ஓம்’ என்ற பிரணவ ஒலிக்கு உரிய முழுத்தன்மை மற்ற எந்தச் சொல்லுக்கும் கிடையாது.

‘ஓம்’ என்ற பிரணவத்தில் இருந்தே எல்லாம் தோன்றுகிறது. எல்லாம் ‘ஓம்’ என்ற பிரணவத்துக்குள்ளேயே அடங்குகிறது என்ற அடிப்படை உண்மையையும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அதற்கு பிரணவத்தின் ஐந்து உறுப்புக்களையும் சாதகர்களுடைய ஐந்து அனுபவங்களுடன் பொருத்திப் பார்த்துப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

‘ஓம்’ என்ற பிரணவத்தின் ஐந்து உறுப்புகள், ம், உ, அ, ஒளி, ஒலி என்பவை.

‘ஓம்’ என்ற பிரணவ மந்திரத்தில் ‘ம்’ என்ற எழுத்து தூக்கத்தைக் குறிக்கிறது.

அது விரிவடைந்து கனவாக மாறுவதை ‘உ’ என்ற எழுத்து உணர்த்துகிறது.

அது மேலும் ஒளிபெற்று நனவாக மாறுவதை ‘அ’ என்ற எழுத்து உணர்த்துகிறது.

இன்னும் விரிவடைந்து நித்தியமான அனுபவத்தைக் கூறும்போது நான்காவது உறுப்பாகிய ஒளி வடிவம் அடைகிறது. இதுதான் துரியம்.

முடிவற்ற ஒலியாகிய ஐந்தாவது உறுப்பு பேரின்ப மாகிறது. இதுதான் துரிய அதீதம்.

இப்படிப் பொருள் உணர்ந்து பிரணவத்தை அனுபவிப்பதைப் பற்றி அடுத்த செய்யுளில் பதஞ்சலி முனிவர் சொல்லுகிறார்.

இறைவனின் பெயரும், உருவமும், 'ஓம்' என்பதாகும்.

எந்தப் பொருளைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமானாலும் அந்தப் பொருளுக்கு உரிய பெயரின் மூலமாகத்தான் அதைப்பற்றித் தெரிந்து கொள்ள முடியும்.

எல்லா உயிர்களுக்கும் தலைவனாக விளங்கும் இறைவனைத் தெரிந்து கொள்வதற்கும் அவருக்கு ஒரு பெயர் வேண்டும் என்று பதஞ்சலி முனிவர் சொல்கிறார்.

ஓர் உருவமும், ஒரு பெயரும் இல்லாதவராக இறைவன் இருந்தாலும், அவருக்கு ஒரு பெயர் மிகவும் அவசியம்.

ஈஸ்வரன், இறைவன், கடவுள் முதலிய சொற்கள் இறைவனைப் பரிபூரணமாக உணர்த்தக்கூடிய சொற்கள் அல்ல.

இந்தச் சொற்களுக்கு ஒரு வரம்பு இருக்கிறது. அதனால் அந்தச் சொற்களை உச்சரிக்கும்போது அது அதற்கு என்று இருக்கும் ஒரு குறிப்பிட்ட ஆன்மீக அதிர்வு அலைகளை மட்டும் எழுப்புகின்றன.

இறைவன் எங்கும் நிறைந்தவன். அவன் இல்லாத இடமோ பொருளோ இல்லை. இப்படி, அகண்டாகாரமாக விரிந்து, பரந்து இருக்கும் இறைவனுக்கு அகண்டமான பெயரே இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணுகிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

எனவே இறைவன் திருநாமத்தை 'ம்ம்ம்' என்கிறார்.

நாம் 'ம்ம்ம்' என்று சொல்வது அவ்வளவு சுலபமில்லை.

'ம்ம்ம்' என்பது மெய் ஒலி. அதை வாய் திறந்து சொல்ல வேண்டுமானால் அதனுடன் உயிர் ஒலியும் சேர வேண்டும்.

அப்போதுதான் இறைவன் பெயரைச் சொல்லி அழைக்கலாம். மற்றவர்கள் காதில் விழும்படியும் சொல்லலாம்.

'ம்ம்ம்' என்பது மெய் ஒலி. 'ஓ' என்பது உயிர் ஒலி. இந்த இரண்டு ஒலிகளும் சேரும்போது 'ஓம்' என்ற பிரணவ ஒலி பிறந்து எழுந்து ஒலிக்கிறது.

அதனால் இறைவனை 'ஓம்' என்று சொல்லியும் 'ஓம்' என்றே எழுதியும் வருகின்றனர். ஓம் என்பது இறைவனின் பெயராகவும் உருவமாகவும் இருக்கிறது.

ஓம் என்ற சொல்லில் மூன்று எழுத்துக்கள் இருக்கின்றன. அவை, உ, அ, ம் என்பவை. 'உ' என்ற எழுத்தும் 'அ' என்ற எழுத்தும் சேர்ந்து 'ஓ' என்ற உயிர் எழுத்து உருவாகிறது. 'ஓ' என்ற எழுத்துடன் 'ம்' என்ற எழுத்து சேர்ந்து 'ஓம்' என்ற சொல் பிறக்கிறது.

'ஓம்' என்ற சொல்லில் மொழியின் ஆரம்ப எழுத்தான 'அ' என்ற எழுத்தும் இருக்கிறது. ஒலியை முடிக்கும் எழுத்தான 'ம்' என்ற எழுத்தும் இருக்கிறது. 'அ' என்ற எழுத்தையும் 'ம்' என்ற எழுத்தையும் இணைக்கும் 'உ' என்ற எழுத்தும் இருக்கிறது. இந்த எழுத்து உணர்வைக் காட்டும் எழுத்து. இந்த மூன்று எழுத்துக்களும் சேர்ந்து 'ஓம்' என்ற பிரணவச் சொல் உருவாகிறது.

இறைவனை மனத்துக்குள்ளே மட்டும் 'ம்ம்ம்' என்று சொல்லிக் கொண்டு இருக்காமல் 'ஓம்' என்று வாயைத் திறந்து சொல்லவும் இப்போது முடிகிறது.

இப்படி வாயைத் திறந்து 'ஓம்' என்று சொல்லும் போது அது பிரணவ மந்திரமாக, அகண்டமான ஒலி அலைகளை எழுப்பும் சொல்லாக மாறி விடுகிறது. அண்ட சராசரங்கள்

முழுவதையும் 'ஓம்' என்ற சொல்லில் இருந்து எழும் அதிர்வு அலைகள் சென்று அடைகின்றன.

இதைத்தான் "சேர்தனி உகரமும் அகரமும் ஆகிய அருட்பெரும் ஜோதி" என்று 'ஓம்' என்ற பிரணவ ஒலிக்கு விளக்கம் தருகிறார் திரு அருட் பிரகாச வள்ளலார்.

பிரணவம் என்ற சொல்லுக்கு, 'முதலும் இடையும் முடிவும் நிறைந்தும் சிறந்தும் இருக்கும்படி ஓதி உணர்தல்' என்று பொருள்.

கடவுளை நேரில் காண வேண்டும் என்ற நினைவுடன் 'ஓம்' என்ற பிரணவ மந்திரத்தை தொடர்ந்து ஓத வேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஏன் ?

ஓம் என்ற பிரணவ மந்திரத்திலேயே இறைவன் ஒலியாகவும் உருவமாகவும் இருக்கிறார்.

பிரணவ மந்திரமாகிய 'ஓம்' என்ற மந்திரத்தை ஓதும்போது கடவுளைக் காணவேண்டும் என்ற உணர்வுடன் ஓதுவது தவறு.

இறைவன் எங்கோ வெளியில் இருப்பதாக எண்ணிக் கொண்டு பிரணவ மந்திரத்தை ஓதுவது பொருத்தமற்றது. இறைவன் வெளியில் மட்டும் இல்லை. நம் உள்ளேயே இருந்து நம்மை இயக்கிக் கொண்டும் இருக்கிறார் என்பதை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

கண்ணையும், காதையும் மூடிக்கொண்டு அதாவது அதைச் செயல்படாமல் செய்து கொண்டு அமைதியாக ஓர் இடத்தில் அமர வேண்டும். இதைத்தான் இந்திரிய ஒழுக்கம் என்கிறார் வள்ளலார்.

மனதை எங்கும் அலையவிடாமல் அதை நம் உள்ளேயே சும்மா இருக்கும்படி செய்ய வேண்டும். இதைத்தான் கரண ஒழுக்கம் என்று வலியுறுத்துகிறார் வள்ளல் பெருமான்.

இந்திரிய ஒழுக்கமும் கரண ஒழுக்கமும் கைகூட்டி செயல்பட்டவுடன் நம்உள், இருந்து தாமே எழும் ஒலியை ஆழ்ந்து கேட்க வேண்டும்.

அப்போது இறைவன் நம் உள் ஒலியாகவும் உருவமாகவும் இருக்கும் ஓங்கார ஒலியையும், அது உருப் பெற்று விளங்கும் அற்புதத்தையும், நம் உள்ளே நாம் கேட்கவும் செய்யலாம். பார்க்கவும் செய்யலாம்.

அந்த ஒலி வெளியில் இருந்து வருவது இல்லை. நம் சிரசுக்குள் இருக்கும் பொற்கோயிலில் இருந்தே எழுந்து ஒலிக்கும் ஓங்கார ஒலியாகும். இந்த இயற்கை உண்மையை சாதகர் மறந்துவிடக்கூடாது. இந்த ஒலி இரண்டு காதுக்குள்ளும் கேட்கும்.

நாம் நம் உள் இருக்கும் இறைவனின் ஒலியைக் கேட்டு பயன்பெறும் பயிற்சியில் ஈடுபடாமல், வெறும் விலங்கு வாழ்க்கையில் வாழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறோம்.

அதனால் அவன் சொல்லைக் கேட்டு நடக்காமல் இருக்கும் நிலை நமக்கு ஏற்பட்டு விடுகிறது. நம்உள் இருந்து நம்மை இயக்கும் இறைவனின் பேச்சைக் கொடுக்கும் இந்திரிய ஒழுக்கத்தையும், கரண ஒழுக்கத்தையும் மேற்கொள்ளாமல் வெறும் விலங்கு வாழ்க்கையில் வாழ்ந்து விடுகிறோம்.

அதனால் நம் உள் இருக்கும் இறைவனின் பேச்சைக் கேட்க முடியாமலும் அவர் காட்டும் வழியில் செல்ல முடியாமலும் போலியாக வாழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறோம்.

இப்படி இறைவன் நம்உள் இருந்து பேசுவதை அஜப மந்திரம் என்றும், ஓங்கார அலையிலிருந்து எழும் அதிர்வு அலையின் ஒலி என்றும் பிரணவ மந்திரத்தை கேட்டு அனுபவித்த உயர்ந்த ஞானிகள் தங்கள் அனுபவத்தை நமக்குச் சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

இந்த சமயத்தில் ஒரு பொருளுக்கு ஏன் பெயர் வேண்டும் என்ற காரணத்தையும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இதைச் சமஸ்கிருதத்தில் 'பதார்த்தம்' என்று சொல்கிறார்கள்.

பதார்த்தம் என்ற வார்த்தை பதம் – அர்த்தம் என்ற இரண்டு சொற்களால் ஆனது.

சாதாரண பேச்சு வழக்கில் பதம் என்றும் அர்த்தம் என்றும் இதைச் சொல்லிக் கொண்டு இருக்கிறோம்.

பதம் என்றால் சொல் என்று பொருள். அர்த்தம் என்பதற்கு பொருள் என்பது பொருள்.

ஒரு பொருளில் அதன் தன்மை பாதியாகவும், அதன் பெயர் பாதியாகவும் இணைந்து இருக்கிறது. இவற்றைப் பிரிக்க முடியாது. பிரித்துப் பொருள் காண முயலவும் கூடாது. முயன்றால் அதில் பொருள் காணவும் முடியாது.

ஒரு பொருள் பெயரும் அதன் உருவமும் சேரும்போதுதான் அது முழுமையாகிறது. இதைப் பிரிப்பது என்பது முடியாத காரியம்.

ஏதாவது ஒரு எண்ணத்தைச் சொல்ல வேண்டு மானால் குறிப்பிட்ட ஒரு வார்த்தையின் மூலமாகத்தான் அதைச் சொல்லிக் காட்ட முடியும்.

நாம் நினைப்பதை வார்த்தைகள் இல்லாவிட்டால் அதை மற்றவர்களுக்குச் சொல்லி விளக்கவே முடியாது.

ஒவ்வொரு எண்ணமும் அதை வெளியிடுவதற்கு என்று ஒரு பெயரைப் பெற்றே இருக்க வேண்டும்.

இதனால் தான் ஒவ்வொரு பொருளுக்கும் ஒரு பெயரை இந்த உலகில் நாம் வைத்து வழங்கி வருகிறோம்.

ஒவ்வொரு பொருளுக்கும் ஒரு பெயர் இருக்கிறது – ஆனால் அந்தப் பெயர் அந்தப் பொருளின் தன்மையை முழுமையாகச் சொல்கிறது என்று சொல்ல முடியாது.

நான் இப்போது 'ஆப்பிள்' என்று சொல்கிறேன். அப்படிச் சொன்ன உடனே எல்லாருக்கும் ஆப்பிள் பழம் கண் முன்னால் காட்சி தருகிறது.

ஆப்பிள் பழத்தை நாம் முன்பே பார்த்திருக்கிறோம். அதனால் நான் 'ஆப்பிள்' என்று சொன்னவுடன் ஆப்பிள் பழத்தை நம்மால் பார்த்து அனுபவிக்க முடிகிறது.

ஆப்பிள் பழத்தைப் பார்க்காத ஒருவருக்கு நான் ‘ஆப்பிள்’ என்ற சொன்னால் அவருக்கு அந்தச் சொல்லின் பொருளே விளங்காது.

நான் சொன்ன ஆப்பிள் என்ற வார்த்தையில் இருந்தே அவரால் ஆப்பிள் பழத்தின் தோற்றத்தையோ அதன் சுவையையோ உருவாக்கிவிட முடியாது.

அதே சமயத்தில் ‘ஆப்பிள்’ என்ற அந்த மனிதன் யார்? என்று கூட அவருக்குள் ஒரு கேள்வி எழக்கூடும்.

ஆப்பிள் என்ற பெயரை நான் சொன்னவுடன் அந்தப் பழத்தை ஏற்கனவே பார்த்தும், அதை சுவைத்தும் உள்ளவர்களுக்குத்தான் அதன் தோற்றமும் சுவையும் தெரியும். எனவே ஒரு பொருளைப் பற்றித் தெரிந்தவர்களுக்குத்தான் அதன் பெயரைச் சொன்னதும் அதன் சுவையையும் அவற்றை அனுபவித்த அனுபவத்தையும் தெரிந்து கொள்ள முடியும்.

ஆனால் கடவுளுக்கு இருக்கும் பெயர் அத்தகையது அல்ல.





28. தஜ்ஜபஸ்ததர்த்தபாவனம் ||

'ஓம்' என்ற பிரணவ மந்திரத்தை அதன் பொருளை உணர்ந்து தொடர்ந்து ஜபித்து வரவேண்டும்.

பிரணவ மந்திர ஜபத்தை எப்படி அனுபவத்துக்குக் கொண்டு வருவது ?

மிகுந்த ஆற்றல் வாய்ந்த நுட்பமான முறையில் பிரணவத்தை ஜபிப்பதன் மூலமாக நம் அனுபவத்துக்குக் கொண்டு வந்து விடலாம்.

பிரணவ மந்திரத்தை ஜபிக்கும் வழியோ மிக எளிமையானது; தெளிவானது; நன்மையையே கொடுப்பது.

எல்லா சமயங்களும் கடவுளின் பெயரைத் தொடர்ந்து ஓத வேண்டும். அதாவது ஜபிக்க வேண்டும் என்றுதான் சொல்லுகின்றன. காரணம் என்ன ?

எல்லா தீர்க்கதரிசிகளும், ஞானிகளும், சித்தர்களும் கடவுள் பெயரைத் தொடர்ந்து ஓதி அதன் பலனைத் தங்கள் அனுபவத்தில் பெற்றிருக்கிறார்கள். அதன் சக்தியையும் பெருமையையும், ஆற்றலையும் உணர்ந்தும் இருக்கிறார்கள்.

இதனால்தான் ஞானிகள் தங்கள் மாணவர்களை 'ஓம்' என்ற பிரணவ மந்திரத்தை, இறைவனின் பெயரைத் தொடர்ந்து ஓதிவரும்படி உபதேசித்து வருகிறார்கள்.

மந்திரத்தின் நோக்கம், அதன் குறிக்கோள் என்ன? நமக்கு மன உறுதியை ஏற்படுத்தி அதன் மூலமாக நம் வாழ்க்கையின் முழுப் பயனையும் பெறும்படிச் செய்வதுதான்.

மந்திரத்தை அதன் பொருளை உணர்ந்து மனத்துக்குள் தொடர்ந்து ஓதுவதற்கு 'ஜபம்' என்று பெயர்.

கடவுளின் பெயரைத் தொடர்ந்து ஜபிக்கிறோம். இதன் மூலமாக கடவுளை விடா முயற்சியுடன் அழைத்துக் கொண்டே இருக்கிறோம்.

துளசிமணி, ருத்ராட்சமணி முதலிய ஜப மாலையின் மணிகளை ஒவ்வொன்றாகத் தள்ளிக் கொண்டு ஒரு குறிப்பிட்ட எண் அல்லது தொகை வரும் வரையில் மந்திரங்களைத் தொடர்ந்து ஓதியும் வரலாம்.

கிரேக்க நாட்டு சாதுக்கள் தொடர்ந்து ஜபம் செய்து வருவதைப் பார்த்து வியந்து போனேன்.

அவர்கள் "ஆண்டவனே! எங்கள் மீது கருணை புரியுங்கள்" என்ற மந்திரத்தைத்தான் தொடர்ந்து ஓதிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

திபேத்திய நாட்டில் தந்திர, யோக ஆசார புத்த மதத்தைச் சேர்ந்த பிக்குகள் புத்த மத ஜபத்தைத் தொடர்ந்து ஓதுகிறார்கள். அப்படி ஓதுவதற்கு அவர்கள் மிகப் புனிதமான உன்னதமான முக்கியத்துவம் அளித்து வருகிறார்கள்.

தொடர்ந்து ஜபம் செய்வது மிக எளிது. காரணம் ஜபம் செய்வதற்கு என்று ஒரு குறிப்பிட்ட இடமோ, குறிப்பிட்ட நேரமோ தேவை இல்லை.

மற்றவர்கள் காதில் விழும்படி மந்திரத்தை ஓதவேண்டுமென்பதில்லை, அப்படி ஓதவும் கூடாது. ஒவ்வொருவரும் தங்களுக்கு உள்ளேயே அஜபமாக தொடர்ந்து ஓதிக் கொண்டு இருக்க வேண்டும்.

மந்திரத்தை 'மறை' என்று சொல்வதற்கும் இதுதான் காரணம். இதனால் எல்லா காரியங்களும் நிறைவேறும். எனவே அஜபத்துக்கு 'நிறை' என்ற பெயரும் உண்டு.

நாம் எங்கு சென்றாலும் எதைச் செய்து கொண்டு இருந்தாலும் மந்திரத்தை மனத்திற்குள் ஓதிக் கொண்டே இருக்கிறோம்.

உருவ வழிபாட்டுக்கோ அதற்கென்று ஒரு விக்கிரகம் வேண்டும். அந்த விக்கிரகத்தை எழுந்தருளச் செய்வதற்கு ஒரு இடம் வேண்டும். வழிபாடு செய்வதற்கென்று குறிப்பிட்ட காலங்களும் வேண்டும்.

மந்திர அஜபமோ இதயத்துக்குள் நடைபெறுகிறது. அதனால் அது ரகசியத்துடனும், தெய்வீகத் தன்மையுடனும் விளங்குகிறது.

தெய்வீகச் செயல்கள் எல்லாம் எப்போதும் ரகசியமாகவே நடைபெற்று வருகின்றன.

தாம் அனுபவித்து வரும் தெய்வீக ரகசியத்தை யாரும் மற்றவர்களுக்குச் சொல்லிக் கொண்டிருக்க முடியாது. தெய்வீக ரகசியத்தை அவரவர்களும் தங்கள் அனுபவத்திலேயே உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

தாம் பெற்ற தெய்வீக ரகசியத்தின் அனுபவத்தை வெளியில் சொல்லிக் கொண்டிருந்தால் அதன் மதிப்பும், பெருமையும், ஆற்றலும் குறைந்து போய்விடும்.

தொடர்ந்து மந்திரத்தை அஜபமாக ஓதிக் கொண்டே இருப்பது, மனத்தின் மற்றொரு பாகத்தைக் கொண்டு நாம் செய்து வரும் செயல்களுக்கு இது ஆற்றல் மிகுந்த பாலமாக அமைந்து விடுகிறது.

இதைத்தான் திரு அருட்பிரகாச வள்ளலார் உள்ளும் புறமும் ஒத்து வாழ்தல், சுத்த சன்மார்க்க நெறியுடன் வாழ்தல் என்று சொல்கிறார்.

முத்துகளை எடுப்பதற்குக் கடலில் மூழ்குவார்கள். முத்துக் குளிப்பவர்கள் தங்கள் இடுப்பில் ஒரு கயிற்றை கட்டி இருப்பார்கள். அந்தக் கயிற்றின் அடுத்த முனையை நடுக்கடலில் கப்பலில் இருப்பவர் தம் கையில் பிடித்துக் கொண்டு இருப்பர்.

கடலுக்கு அடியில் முத்துக் குளிப்பவருக்கு ஏதாவது ஆபத்து ஏற்படுமானால் அவர் தம் இடுப்பில் கட்டி இருக்கும் கயிற்றைப் பிடித்து அசைப்பார். அடுத்த கணம் கப்பலில்

கயிற்றைப் பிடித்துக் கொண்டு இருப்பவர் வெகு வேகமாக கடலுக்குள் முத்துக் குளிப்பவரை, கப்பலுக்கு இழுத்துக் கொண்டு விடுவார். அவரை அபாயத்திலிருந்து காப்பாற்றி விடுவார்.

இறைவன் பெயரை அஜபமாகத் தொடர்ந்து ஓதிக்கொண்டு இருப்பது, முத்துகுளிப்பவரின் இடுப்பில் கட்டியிருக்கும் கயிற்றை கப்பலில் இருப்பவர் மிகுந்த கவனத்துடன் பிடித்துக் கொண்டு இருப்பது போன்ற காரியமாகும்.

முத்துக்குளிப்பவர் கடலுக்கு அடியில் இருக்கும் எல்லா முத்துக்களையும் எடுப்பதற்காகக் கடலுக்குள் மூழ்கி அதன் அடிப்பகுதிக்கு, அதாவது முத்துக்கள் இருக்கும் பகுதிக்குச் செல்கிறார்.

முத்துக் குளிக்கும் கலையில் வெற்றி ஏற்படுவதற்குப் பயன்படுவதுதான் முத்துக் குளிப்பவர் தம் இடுப்பில் கட்டி இருக்கும் கயிற்றின் மறு முனையாகும். அதாவது நடுக்கடலில் கப்பலில் உள்ளவர் முத்துக் குளிப்பவரின் இடுப்பில் கட்டி இருக்கும் கயிற்றின் மறுமுனையைப் பிடித்துக் கொண்டு இருப்பது.

இது முத்துக்குளிப்பவருக்கு ஏற்படுகின்ற இடை யூறுகளில் இருந்து அவரைக் காப்பாற்றும் முனை. முத்துக்களைச் சேகரித்தவுடன் அதை அடைந்து அனுபவிப்பதற்கு பயன்படும் முனை.

நம் வாழ்க்கையில் நாம் அடைகின்ற முத்துக்கள் – பெயர், புகழ், செல்வம், பதவி, நண்பர்கள், இன்னும் உலகப் பொருள்களில் எதுவேண்டுமோ அவற்றைப் பெறுவதுதான்.

நடுக்கடலில் கப்பலில் இருப்பவர் முத்துக் குளிப்பவர் இடுப்பில் கட்டி இருக்கும் கயிற்றின் மறுமுனையைக் கவனத்துடன் பிடித்துக்கொண்டு இருக்கும் வரையில் முத்துக் குளிப்பவருக்கு எந்த அபாயமும் ஏற்படாது. அதே சமயத்தில் ஏராளமான முத்துக்களையும் அவர் பெறுவார்.

முத்துக்குளிப்பவர் இடுப்பில் கட்டியிருக்கும் கயிற்றைக் கப்பலில் இருப்பவர் பிடித்துக்கொண்டு இருப்பார். அதுபோல, நாம் நம் வாழ்க்கையில் ஒரு முனையில் உலகில்

வெற்றிபெறும் காரியங்களில் ஈடுபட்டுக்கொண்டு இருக்கிறோம். அப்போது தொடர்ந்து அஜபமாக கடவுளின் பெயரை ஓதிக் கொண்டும் இருக்கிறோம். இது முத்துக் குளிப்பவரின் இடுப்புக் கயிற்றை கப்பலில் இருப்பவர் பிடித்துக் கொண்டு இருப்பது போன்றது. கடவுள் நாம் செய்யும் காரியங்களில் நமக்கு எந்த ஆபத்தும் வராமல் காப்பதுடன், அதில் பரிபூரண வெற்றியை அடைவதற்கும் உதவிக்கொண்டு இருப்பார்.

திறமையும் ஆற்றலும் மிக்க முத்துக் குளிப்பவன், தன் இடுப்பில் கட்டி இருக்கும் கயிற்றின் மறுமுனையைப் பிரித்திருப்பவன் கவனமாக இருக்கிறானா என்பதையும் கயிற்றை இழுத்துப் பார்த்து அவன் திறமையை உணர்ந்து கொள்வான். பிறகுதான் கடலுக்குள் முத்தெடுப்பதற்கு மூழ்குவான்.

உலகில் பலர் எந்தக் கயிற்றைப் பற்றியும் கவலைப்படுவதில்லை.

நமக்கும் இறைவனுக்கும் மத்தியில் ஓர் தங்கக் கயிறே இருக்கிறது. அந்தக் கயிறு நம்மையும் இறைவனையும் இணைத்துக் கொண்டும் இருக்கிறது. அதாவது பிரபஞ்சத்தின் சக்தி என்ற கயிற்றால் இணைக்கப்பட்டு இருக்கிறோம்.

மந்திர ஜபத்தைத் தொடங்கும் ஒருவர் ஆரம்ப நிலையில் அதன் பொருளைப் பற்றி அதிகமாக சிந்திக்க வேண்டியதில்லை.

மந்திரத்தை திரும்பத் திரும்ப ஓதுவது அஜபமாக மூச்சு விடுவது போல ஒரு பழக்கமாக மாற வேண்டும்.

இப்படிப்பட்ட பழக்கம் உறுதிப்பட்ட பிறகுதான் நாம் அஜபமாக ஓதிக்கொண்டு இருக்கும் மந்திரத்தின் பொருளைப் பற்றி சிந்திக்க வேண்டும்.

காரணம் என்ன தெரியுமா? மந்திரத்தை ஓதும் தொடக்க நிலையில் அதன் பொருளைப் பற்றி தெரிந்து கொள்ள விரும்பினால், மந்திரத்தை ஓதி அதை அஜபமாக செய்யும் நிலைக்கு உயர முடியாது. மந்திரத்தின் பொருளைச் சிந்தித்தால் தொடர்ந்து ஜபம் செய்ய முடியாமல் சிந்தனை சிதறிவிடும்.

நம்முடைய வாழ்க்கையில் பெரும்பாலான காரியங்கள் பழக்கத்தின் மூலமாகவே நடைபெறுகின்றன.

மத்தியானம் பன்னிரண்டு மணி அடித்தால் மத்தியான சாப்பாடு நினைவுக்கு வந்து விடும். இரவு எட்டு மணி அடித்தால் இரவுச் சாப்பாடு நினைவுக்கு வரும். இத்தகைய நிகழ்ச்சித் தொடர்புகள் பழக்கத்தினாலேயே ஏற்படுகின்றன.

இந்தப் பழக்கமும் தொடர்ந்து நடைபெறும்போது அதுவே வழக்கமாகவும், நம் உடலின் இயற்கையாகவும் மாறிவிடுகிறது.

இதுபோலவே கடவுளின் பெயரை ஓதுவதும் ஒரு நிலையான பழக்கமாகிவிட வேண்டும்.

இந்த நிலை வந்த பிறகு நாம் கடவுளின் பெயருக்குள் என்று பிரிக்க முடியாதபடி ஒன்றிவிடுவோம்.

தொடர்ந்து "யுத்தம் வந்துவிடப் போகிறது! யுத்தம் வந்துவிடப் போகிறது!" என்று சொல்லிக் கொண்டிருந்தோமானால் உண்மையாகவே யுத்தம் வந்துவிடும். அந்த யுத்தத்தில் நாமும் பங்கு கொள்ளும்படி நேர்ந்துவிடும்.

"குரங்கு! குரங்கு! குரங்கு!" என்று சொல்லிக் கொண்டிருந்தோமானால் ஒரு சில மாதங்களுக்குள்ளாகவே குரங்கின் மனோபாவம் நம்மையும் அறியாமலே நமக்குள் ஏற்பட்டுவிடும். குரங்கைப் போலவே அங்கும் இங்கும் குதித்துக் கொண்டு இருப்போம்.

ஒர்வொருவரும் அவரவர்கள் நினைப்பது போலவே சொல்லிலும் செயலிலும் மாறிவிடுவார்கள்.

தெரிந்தோ தெரியாமலோ நாம் நினைக்கிற பொருளின் தன்மையைப் பெற்று விடுகிறோம்.

இதனால்தான் இறைவனுக்கு உரிய சரியான பெயராகிய 'ஓம்' என்ற பெயரைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்கிறேன்.

இறைவனுக்கு உள்ள பல்வேறு பெயர்களில் எதை வேண்டுமானாலும் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளலாம். ஆனால்

'ஓம்' என்கிற இறைவனின் பெயரைத் தொடர்ந்து ஓதுவதால் வெகு விரைவில் இறைவனின் தொடர்பைப் பெற்றுவிடலாம்.

மற்ற பெயர்களில் எதையாவது தொடர்ந்து ஓதும்போது அந்தப் பெயருக்கு உரிய சில கஷ்ட நஷ்டங்களையும் நாம் அனுபவிக்க நேரிடும்.

நம் மனநிலையை உயர்த்தக்கூடிய எந்தச் சொல்லும் மந்திரமாக இருக்கலாம்.

பலவகையான எண்ணங்களை நிறைவேற்றுவதற்கு, பலவகையான மந்திரங்களைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். இந்த மந்திரங்களுக்கெல்லாம் அடிப்படையான மந்திரம், மூலமந்திரம், "ஓம்" என்ற பிரணவ மந்திரம்தான்.

இது துணிகளை நெய்வதற்கு அடிப்படையான பருத்தி நூலைப் போன்றது. பருத்தி நூல் துணியானவுடன் அந்தத் துணியை நம் இஷ்டம்போல் வெட்டிப் பயன்படுத்தலாம். வேட்டியாகவோ, கால்சட்டையாகவோ, படுக்கை விரிப்பாகவோ, தலையணை உறையாகவோ நம் தேவைக்கு ஏற்ப தைத்துக் கொள்ளலாம்.

"ஓம்" என்ற பிரணவ மந்திரம் பிரபஞ்ச சக்தியாகவே விளங்குகிறது. இதில் இருந்தே மற்ற மந்திரங்கள் எல்லாம் வெவ்வேறு நோக்கங்களை நிறைவேற்றுவதற்கு உருவாகின்றன.

ஒரே மந்திரத்தைக் கொண்டே நன்மையையும் உண்டாக்கலாம், தீமையையும் உண்டாக்கலாம்.

பில்லி, சூனியம் முதலிய மரண வித்தைகளைப் பயில்வோரும் மந்திர சக்தியைத்தான் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

மந்திரத்தின் சக்தியினால் ஆக்கவும் செய்யலாம், அழிக்கவும் செய்யலாம், போற்றவும் செய்யலாம், தூற்றவும் செய்யலாம்.

சொல்வன்மையின் ஆற்றலை இந்த இருபதாம் நூற்றாண்டு வெளிப்படுத்தியது போல வேறு எந்த நூற்றாண்டும் வெளிப்படுத்தியதில்லை.

ஜனநாயக நாட்டில் இருக்கும் அரசியல் தலைவர்கள் தங்கள் வாக்குவன்மையினால்தான் ஆட்சிக்கு வருகிறார்கள்.

இன்றைய விளம்பர உலகிலும் வார்த்தைகளின் செல்வாக்கின் ஆற்றலைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது.

மிக மோசமான பொருள்களைக்கூட, சொற் ஜாலங்களினால் மிக உயர்ந்த பொருளாக மக்களை நம்பும்படிச் செய்து விடுகிறார்கள். அந்தப் பொருள் மக்கள் மத்தியில் செல்வாக்கும் பெற்றுவிடுகிறது.

இதனால் வார்த்தையின் சக்தி சரியாகவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. தவறாகவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

வார்த்தைகளை சரியாகப் பயன்படுத்தப் படுவதற்குத் தான் மனத்தூய்மை வேண்டும்.

இதைத்தான், ''பொய்யுடை ஒருவன் சொல் வன்மையினால் மெய்போலும்மே! மெய்போலும்மே! மெய்யுடை ஒருவன் சொல்லமாட்டாமையினால் பொய் போலும்மே, பொய்போலும்மே'' என்றி அதிவீரராம பாண்டியன் சொல்லி இருக்கிறார்.

எனவே ஒரு மந்திரத்தைத் தொடர்ந்து அஜபமாக ஓதி அதில், முதலில் நிலைப்பெற்று விட வேண்டும். பிறகு, அந்த மந்திரத்தின் பொருளை உணர்ந்து கொண்டு தொடர்ந்து ஜபித்துவர வேண்டும்.





29. தத : ப்ரத்யக சேதநாதிகமோஸப்யந்தராயா பாவச்ச ||

ஓங்கார ஜபத்தால் வாழ்க்கையில் தோன்றும் எல்லா தடைகளும் நீங்குகின்றன. அதே சமயம் தன்னைப் பற்றிய மெய் அறிவும் தோன்றுகிறது.

பிரபஞ்சத்தின் ஆற்றலுடன் இணைந்து நாம் இயங்கவும் முடிகிறது.

ஜபத்தின் மூலமாக நாம் பெறுகின்ற ஆற்றல், 'நம் உள்ளே ஓர் பேராற்றல் இருக்கிறது' என்பதைத் தெளிவாகத் தெரிந்து கொள்ளும்படிச் செய்கிறது.

நம்முள் இருக்கும் பேராற்றல் நம்முள் இருந்து வெளிப்படும்படியும் செய்கிறது.

இதன் மூலமாக உலகத்தில் தூலமாகவும், சூட்சும மாகவும், காரணமாகவும் இருக்கும் பொருள்கள் அனைத்தையும் நேரில் பார்க்கின்ற சர்வ சாட்சியாகவும் மாறுகிறோம்.

சர்வசாட்சி என்றால் என்ன?

நம் உணர்வுகள் ஐந்து வகைப்படும்.

அறியாமை காரணமாக அடிமையாக இருக்கும் போது ஏற்படும் உணர்வுக்கு 'ஜீவ சைதன்யம்' என்று பெயர்.

கல்வி கற்றோர் உணர்வை 'பிரம்ம சைதன்யம்' என்பர்.

அறிவு பெற்று மற்றவர்களை வழி நடத்தும் உணர்வுக்கு 'ஈசுவர சைதன்யம்' என்று பெயர்.

ஈசுவர சைதன்யம் பெற்றவர்கள் எளிதாக சுத்த உடலைப் பெறலாம்.

தத்துவங்களை அறிந்து கொள்ளும் வாய்ப்பைப் பெற்றவர்களின் உணர்வுக்கு 'கூடஸ்த சைதன்யம்' என்று பெயர்.

இந்த உணர்வைப் பெற்றவர்கள் பிரணவ உடலை எளிதில் பெறலாம்.

உயிரின் தன்மையை முழுமையாக உணர்ந்தவர்களின் உணர்வுக்கு சர்வ சாட்சி சைதன்யம் என்று பெயர்.

இந்த உணர்வைப் பெற்றவர்கள் எளிதில் ஞான தேகத்தைப் பெறுவார்கள்.

தம் வாழ்க்கையில் தோன்றக்கூடிய எல்லா வகையான தடைகளையும் கடந்து செல்லும் பேராற்றலையும் அவர்கள் பெறுவார்கள்.

முடிவாக அவர்களுடைய உடலும் மனமும் அவர்களுக்கு எந்தவிதமான தடைகளையும் உண்டாக்க முடியாது.

காரணம் எல்லாப் பொருள்களுக்கும் அப்பால் சென்று அவற்றை இயக்கும் கடவுள் தன்மையையும் பெற்று அவர்கள் விளங்குவார்கள்.

பொதுவாக நம் உடலும் மனமும் நமக்குப் பல தடைகளை ஏற்படுத்திக் கொண்டு இருக்கின்றன.

இந்தத் தடைகளில் இருந்து விலகி வெளியேறுவதற்கு நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்?

தடைகளைத் தகர்த்து எறியும் பரிபூரணமான பொருளை இறுகப் பற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

அப்போது நம்முடைய தடைகளும் தகர்ந்துவிடும். அசேதனப் பொருளாகிய உடம்பும் எல்லாவற்றையும் உணரும்

சேதனப் பொருளாக மாறிவிடுகிறது. நாமும் பரிபூரணத்தைப் பெற்றுக் கொள்வோம்.

நம் வாழ்க்கையில் தோன்றுகின்ற தடைகளைத் தகர்த்து எறிந்தவுடன், இறைவனின் தனிப்பெருங் கருணையானது நம் உடல் முழுவதும், மனம் முழுவதும், உயிர் முழுவதும் அனேகமாகப் பரவி நின்று நம்மை நித்தியமாக்கி விடுகிறது.

இதிலிருந்து நாம் தெரிந்து கொள்வது என்ன?

பதஞ்சலி முனிவர் அனித்திய வாழ்க்கையில் தோன்றும் தடைகளை எல்லாம் எப்படித் தகர்த்துவிட்டு நித்திய வாழ்க்கையைப் பெறுவது என்பதை நமக்குத் தெளிவாக உணர்த்துகிறார்.

அடுத்த மந்திரத்தில் அதை எல்லாரும் எளிதில் உணர்ந்து கொள்ளும்படி விரிவாக விளக்குகிறார்.





30. வ்யாதிஸ்த்யான ஸம்சய ப்ரமாதாலஸ்யாவிரதி ப்ராந்திதர்சனாலப்த பூமிகத்வானவஸ்திதத்வானி சித்தவிக்ஷேபாஸ்தேஸந்தராயா : ||

நோய், மந்த புத்தி, சந்தேகம், கவனக்குறைவு, சோம்பல், உணர்ச்சி வயப்படுதல், தவறான உணர்வு, எதிலும் உறுதி இன்மை, ஒரு சாண் ஏறினால் ஒரு முழம் சருக்கல் – இவைதான் மனத்தின் சீர்குலைவால் ஏற்படும் தடைகளாகும்.

இந்தத் தடைகள் ஒரு சங்கிலியில் இருக்கும் கரணைகள்போல ஒன்றுக்கு ஒன்று நெருங்கிய தொடர்பு உடையவை.

முதல் தடை நமது உடம்பில் ஏற்படும் நோய்கள்.

இந்த நோய்களின் மூலமாகத்தான் மந்த புத்தி ஏற்படுகிறது.

மந்தபுத்தி எந்தக் காரியத்திலும் சந்தேகத்தை ஏற்படுத்துகிறது.

காரணம் முயன்று நுட்பமான விஷயங்களைப் புரிந்து கொள்ள முடிவதில்லை.

சந்தேகம் இருக்கும்போது கவனக்குறைவும் ஏற்பட்டு விடுகிறது.

இதனால் ஒருவகையான சோம்பல் உணர்வும் ஏற்படுகிறது.

மனதில் சோம்பல் இருப்பதினால் உயர்ந்த நோக்கத்தைப் பற்றிக்கொண்டு உயர முடிவதில்லை.

உயர்ந்த நோக்கத்தில் செல்ல முடியாததால் தாழ்ந்த உணர்வுகளுக்கு உட்பட்டு காமந்தகாரம் முதலியவற்றில் இறங்கி கீழே விழ நேரிட்டு விடுகிறது.

இந்தக் குணங்கள்தான் தாமச குணங்கள், அதாவது செயலற்ற இருள் நிலைகள் என்று சொல்லப்படுகின்றன.

இதுவரை பெற்ற வெற்றிகளில் உறுதியாக நின்று மேலே உயர முடியாமல் கீழே விழுவதற்கு இவைகள் தான் காரணம்.

இவை பெரும்பாலான மக்களைக் குழப்பிக் கொண்டு இருக்கின்றன.

யோகப் பயிற்சியில் தொடக்க நிலையில் இருக்கும் சாதகன் மேலே சொன்ன தடைகளை மனதில் கொண்டு மிக எச்சரிக்கையுடன் இருக்க வேண்டும்.

யோகப் பயிற்சிகளை மேற்கொண்டு உறுதியாக முன்னேறுவதைப் பற்றி வள்ளலாரும் இதையே சொல்லுகிறார்.

''ஐயமும் திரிபும் அறுத்து எனது உம்பினுள்
ஐயமும் நீக்கிய அருட்பெரும் ஜோதி''

என்கிறார் திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார்.

ஐயம் என்ற சொல்லை இந்தச் செய்யுளில் வள்ளலார் இரண்டு பொருளில் இரண்டு முறை பயன்படுத்தி இருக்கிறார்.

முதல் 'ஐயம்' என்ற சொல் மனத்தில் ஏற்படும் சந்தேகத்தைக் குறிப்பது. சந்தேகத்தினால் நோய் ஏற்படுகிறது என்பதை இதில் வலியுறுத்துகிறார்.

இரண்டாவது வரும் 'ஐயம்' என்ற சொல் உடம்பில் ஏற்படும் கோழையைக் குறிப்பிடுகிறது. அதாவது உடலில் இருக்க வேண்டிய அளவு உஷ்ணம் இல்லாமல் குறைந்து

போவதைக் குறிப்பிடுகிறது. இப்படி உஷ்ணம் குறைவதுதான் உடல் கேடுகளுக்கெல்லாம் மூல காரணம்.

யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடும் சாதகனுக்கு மனதில் சந்தேகமும் விபரீதமும் அடியோடு போக வேண்டும்.

அப்படிப் போகத் தவறினால் எல்லா வகையான தடைகளும் ஏற்படும்.

'எல்லா வகையான தடைகளையும் நீக்கி எனக்கு அருள்புரிந்த அருட்பெரும் ஜோதியாகிய ஆண்டவரே உமக்கு வந்தனம்' என்கிறார் வள்ளலார்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் செய்யுளின் பொருள்.

எனவே இதுபோன்ற ஐயம் திரிபு இல்லாமல் சாதகன் கவனமாக யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டு வந்தால் ஒவ்வொரு நாளும் அவனுக்கு உற்சாகத்துக்கு மேல் உற்சாகம் ஏற்படும். வெற்றிக்கு மேல் வெற்றியும் ஏற்படும்.

சாதகன் தான் யோகநிலையில் முன்னேறுவதை எண்ணி எண்ணிப் பெருமிதமும் அடைவான்.

இப்படிச் செய்யத் தவறினால் சாதகன் தான் அடைந்த ஆற்றல்கள் அத்தனையும் இழந்து கீழே விழுந்து தடுமாறும்படி ஏற்பட்டுவிடும்.

இந்த அவலநிலை பல சாதகர்களுக்கு ஏற்படுவதைப் பார்த்து வருகிறோம்.

ஆன்மீக வாழ்க்கையில் இப்படி அடிக்கடி ஏற்படுவது சகஜம் என்று எண்ணிவிடாமல் சாதகன் நம்பிக்கையுடன் முன்னேற வேண்டும். அப்போதுதான் சாதகன் தன் ஆன்மீக உச்சத்துக்குச் செல்ல முடியும்.

சாதகன் இந்த மன உறுதியுடன் யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட வேண்டும். அப்படி ஈடுபடத் தவறினால், "ஐயோ! நான் எல்லாவற்றையும் இழந்து விட்டேனே! இனி நான் முன்னேறுவேன் என்று என்னால் நம்ப முடியவில்லையே!" என்று எண்ணிக் கொண்டு வாழ்க்கையில் அடைய வேண்டிய ஊக்கத்தையும், உற்சாகத்தையும் இழந்துவிட நேரும்.

வாழ்க்கையில் எந்தத் துறையில் ஈடுபட்டு முன்னேற விரும்புகிறவர்களுக்கும் இப்படிப்பட்ட மனச்சோர்வு ஏற்படுவதைப் பார்க்கிறோம்.

மனதும் ஒரே விதமாகத் தொடர்ந்து வேலை செய்வதில்லை. காரணம் அதற்கும் எழுச்சியும் வீழ்ச்சியும் ஏற்படுவது இயற்கை.

ஒரு குழந்தை நடக்கக் கற்றுக் கொள்வதற்கு முன் விழுந்தும் எழுந்தும் நடக்கக் கற்றுக் கொள்கிறதல்லவா? அதுபோலத்தான் இதுவும்.

எப்போதும் தொடர்ந்து வெற்றியே பெற்றுக் கொண்டு வந்தால் அதில் ஏது சுவை? எதிலும் ஒரு சவால் இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் எந்த முயற்சியிலும் ஒரு வேகம் இருக்கும்.

யோகப்பயிற்சி என்பது தடைகளைத் தாண்டித் தாண்டி ஓடும் ஓட்டப் பந்தயத்தைப் போன்றது.

இந்தத் தடை தாண்டும் பந்தய ஓட்டத்துக்கு, வேண்டும் என்றே பலப்பல தடைகளை அங்கங்கே அமைத்து வைத்திருக்கிறோம்.

இந்தத் தடைகள், தடை தாண்டும் பந்தய ஓட்டத்துக்கு, அதில் ஈடுபடும் போட்டியாளனுக்கு உற்சாகத்தையும், சவாலையும் கொடுத்து ஊக்கமளிக்கின்றன. தடைகளை அநாயசமாகத் தாண்டித் தாண்டி தடைதாண்டும் பந்தய ஓட்டத்தில் வெற்றி பெற வேண்டும் என்ற ஒரு உத்வேகத்தையும் கொடுக்கிறது.

இதனால்தான் தடைகள் தடுப்பவை அல்ல, தாண்டிச் செல்ல ஊக்குவனவே என்கிறது கீதாஞ்சலி.

இப்படி எல்லாவற்றையும் வெல்லக்கூடிய ஆற்றல்கள் நம் உள்ளே இருக்கின்றன. இருந்தாலும் அவற்றைச் சரியாகப் பயன்படுத்தி முன்னேற முயலாமல் இருக்கிறோம்.

நம்முடைய ஆற்றல்களை நாம் சரியாகத் தெரிந்து கொண்டு முன்னேறுவதற்கு இப்படிப்பட்ட தடைகளும், சவால்களும் இருந்தே தீர வேண்டும்.

உண்மையில் இதுதான் இயற்கை அமைத்திருக்கும் விதியும்கூட.

நதியின் இரு கரையும் புரள நொங்கும் நுரையுமாக தண்ணீர் ஓடிக் கொண்டு இருக்கிறது. ஆனால் அது தன்னைப் பற்றியோ தன்னுடைய ஆற்றலைப் பற்றியோ யாரிடமும் எதுவும் சொல்லிக் கொள்வதில்லை.

அந்த நதியின் குறுக்கில் ஒரு அணையைக் கட்டி அதன் தண்ணீரைத் தேக்கிப் பாருங்கள். அந்த அணையில் இருந்து வெளிவரும் தண்ணீரின் மூலமாக ஆற்றல் மிகுந்த மின்சக்தியை உண்டாக்கலாம். அந்த மின்சக்தியின் மூலமாக உலகில் பல அற்புதங்களை நிகழ்த்தலாம்.

இந்த மின்சக்தி எப்படி ஏற்பட்டது? அந்த நதியின் தண்ணீரை தடுத்து குறுக்கே அணை கட்டியதால் அல்லவா உண்டாயிற்று.

இதுபோல நம் உள்ளே இருக்கும் ஆற்றல்களை நாம் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். அந்த ஆற்றல்களை ஒரு வரப்புக்குள் கட்டுப்படுத்த வேண்டும். அப்படி கட்டுப்படுத்திய ஆன்மீக ஆற்றல்களை முறையாகப் பயன்படுத்தினால் பல அற்புதங்களை நம்மாலும் செய்ய முடியும்.

இதைப்பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் 'விபூதி பாக'த்தில் அற்புதமாக விளக்கி இருக்கிறார்.





31. து : க்க தௌர்மனஸ்யாங்க மேஜயத்வ ச்வாஸ ப்ரச்வாஸா விக்ஷேபஸஹபுவ : ||

மன அமைதி குலைந்து போவதை எப்படி அறிந்து கொள்வது ?

நம்பிக்கைக் குலைவதாலும் அறிந்து கொள்ளலாம்.

துன்பம் தோன்றுவதாலும் அறிந்து கொள்ளலாம்.

உடம்பில் ஏற்படும் தாளம் தவறிய நடுக்கத்தாலும் அறிந்து கொள்ளலாம்.

வெறியேறுகிற மூச்சின் தடுமாற்றத்தினாலும் அறிந்து கொள்ளலாம்.

இந்த நிலைகள் தியானத்தில் மனதை ஒருமுகப் படுத்துவதற்குத் தடை செய்கின்றன.

அன்றாட வாழ்க்கையில் நாம் செய்யும் ஒவ்வொரு செயலையும் கவனமாகச் செய்வது தான் அனுபவ சாத்தியமான தியானம் ஆகிறது.

அன்றாட வாழ்க்கையில் அனுபவ சாத்தியமான தியானம் என்பது எதைக் காட்டுகிறது ?

அன்றாட வாழ்க்கையில் நாம் செய்யும் செயல்களும், உண்ணும் உணவும், நாம் பழகும் மனிதர்களும், நடை உடை பாவனைகளும் சேர்ந்து கவனத்தை வளர்க்கும் ஆற்றலைக் குறிப்பிடுகிறது.

உடம்பும் மனமும் சோம்பலாக இருப்பதை அனுமதிக்கக்கூடாது.

சோம்பலாக இருப்பது தான் தாமச குணம். அதாவது இருள் குணம்.

உடம்பும் மனமும் அமைதியுடனும், ஒளி உணர்வுடனும் இருக்கும்படி கவனமாகப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த ஒளி உணர்வை தியானப் பயிற்சியின் மூலமாகவே பெற்று விடலாம் என்று மட்டும் எண்ணிவிடக் கூடாது.

அன்றாட வாழ்க்கையில் நாம் செய்யும் செயல்களிலும், உண்ணும் உணவிலும், பழகும் மனிதர்களிலும் கவனமாக இருந்து கொண்டு தியானப் பயிற்சி செய்யும் போதுதான் ஒளி உணர்வைப் பெற முடியும்.

மனம் ஒருமுகத்துடன் தியான நிலையில் இருக்க வேண்டுமானால் உடலும், ஆரோக்கியமாக இருக்க வேண்டும்.

மனம் ஆரோக்கியமாக இருந்தால்தான் உடலும் ஆரோக்கியமாக இருக்க முடியும்.

நம் உடலில் இருக்கும் நரம்பு மண்டலம் தன் தனித்தன்மையுடன் இருக்கத் தவறினால் உடலில் சோர்வும், நடுக்கமும், பலமின்மையும் ஏற்படும்.

நரம்பு மண்டலம் தன் தனித்தன்மையை இழப்பதற்கும் மன அமைதி இன்மைதான் மூலக் காரணம்.

சிலர் தியானத்தில் அமரும்போது அவர்களுடைய உடல் நிமிர்ந்து இருப்பதில்லை. உடல் கூனியும், ஒருவித நடுக்கத்துடனும் இருக்கும். உடம்பில் வியர்வை ஏற்படும்.

காரணம் இனம் தெரியாத பயம்தான்.

இந்த அடையாளங்கள் எல்லாம் மன அமைதி இன்மையாலும் ஏற்படும். உடல் நலக்குறைபாடுகளாலும் உண்டாகும்.

மன அமைதிக்கும் உடல் நலத்துடன் இருப்பதற்கும் என்ன செய்ய வேண்டும்?

உடலின் சோம்பலுக்கும், உள்ளத்தின் சோம்பலுக்கும் இடம் கொடுக்கக் கூடாது. சுத்தமான தாவர உணவையே உண்ண வேண்டும். உடலுக்கு வேண்டிய யோகப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். நன்கு உழைக்கவும் வேண்டும். போதுமான ஓய்வையும் உடலுக்குக் கொடுக்க வேண்டும்.

மனமும் உடம்பும் ஒன்றுக்கு ஒன்று துணையாக இருக்கும்படியும் கவனமாகப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். கவனமும் உழைப்பும் மனத்தையும் உடம்பையும் செம்மையாக வைத்திருக்க உதவும்.





32. தத் ப்ரதிஷேதார்த்தமேக தத்வாப்யாஸ : ||

ஒரே பொருளைப் பற்றிச் சிந்திக்க வேண்டும். ஒரே முறையிலும் சிந்திக்க வேண்டும். அப்போதுதான் தியான வளர்ச்சிக்குத் தடையாக இருக்கும் எல்லாவற்றையும் ஒதுக்க முடியும்.

தியானத்துக்குத் தேர்ந்தெடுக்கும் பொருளையோ, தியானத்துக்கு உரிய முறையையோ அடிக்கடி மாற்றிக் கொள்ளக்கூடாது. அப்படி மாற்றினால் தியானத்தில் முன்னேற முடியாது.

ஒரு தீர்மானத்துக்கு வந்தால், அந்தத் தீர்மானத்திலிருந்து மாறக் கூடாது. அதை நிறைவேற்றுவதற்கு எத்தனை தடைகள் வந்தாலும் அவற்றைத் தூக்கித் தள்ளிவிட்டு தீர்மானத்தை நிறைவேற்றுவதிலேயே தீவிரமாக ஈடுபட வேண்டும்.

ஒரு கிணறு தோண்டத் தீர்மானிக்கிறோம். கிணறு தோண்ட ஆரம்பிப்பதற்கு முன் பூமியில் எங்கு தண்ணீர் கிடைக்கும் என்பதை முதலில் கண்டு பிடிக்க வேண்டும்.

அப்படிக் கண்டு பிடித்தவுடன் கிணறு தோண்டும் வேலையில் ஈடுபட வேண்டும்.

கொஞ்ச தூரம் கிணற்றைத் தோண்டியவுடன் தண்ணீர் கிடைக்கவில்லை என்று வைத்துக் கொள்வோம்.

அதை விட்டுவிட்டு வேறு இடத்தில் கிணறு தோண்டுகிறார். இவ்வாறு நூறு இடங்களில் கிணற்றைத் தோண்டிப் பார்க்கிறார்கள்.

நூறு இடங்களிலும் தண்ணீர் கிடைக்காமல் தவிக்கிறார்கள்.

இப்படிச் செய்யாமல் தண்ணீர் கிடைக்கும் இடம் எது என்று தெரிந்த இடத்தில் கிணற்றைத் தோண்டும்போது குறிப்பிட்ட ஆழம் போயும் தண்ணீர் கிடைக்கவில்லை. அதற்காகச் சோர்ந்து விடாமல் மேலும் தீவிரமாக அதே இடத்தில் ஆழமாகக் கிணற்றைத் தோண்ட வேண்டும்.

அப்படித் தொடர்ந்து தோண்டிக் கொண்டு போகும் போது தண்ணீருக்குப் பதிலாக பாறை வந்து விடுகிறது. பாறை வந்து விட்டதே என்று சோர்ந்து போகக் கூடாது. அதை வெடி வைத்துத் தகர்த்துவிட்டு கிணற்றை மேலும் மேலும் ஆழப்படுத்திக் கொண்டே போக வேண்டும்.

இவ்வாறு கீழே, கீழே, கீழே ஆழப்படுத்திக் கொண்டே சென்றோமானால் தண்ணீர் கட்டாயம் கிடைத்தே தீரும்.

நூறு இடத்தில் கொஞ்ச தூரம் வரையில் கிணற்றைத் தோண்டி தண்ணீர் கிடைக்கவில்லை என்று விட்டுவிட்டுப் போவதை விட, ஒரே இடத்தில் தண்ணீர் கிடைக்கும் வரையில் கிணற்றைத் தோண்டிக் கொண்டே போவதில் வெற்றி நிச்சயம் கிடைக்கும்.

நம்முடைய முயற்சி நிறைவேறாமல் தொடர்ந்து கொண்டே இருந்தாலும் அதிலிருந்து நழுவக்கூடாது. விடாமல் தொடர்ந்து முயன்று கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

ஒரு லட்சியத்துக்காக எந்தப் பொருளைத் துணையாக எடுத்துக் கொள்வது என்பது வேறு. அந்தப் பொருளைத் துணையாகக் கொண்டு நாம் எண்ணிய

லட்சியத்தைப் பெற என்ன செய்ய விரும்புகிறோம் என்பது வேறு.

நம்முடைய லட்சியத்துக்கு எந்தப் பொருளை துணையாக எடுத்துக் கொண்டாலும் அதன் துணையைக் கொண்டு நம் லட்சியத்தை அடைய தீவிரமாக முயல வேண்டும். இதில் பொருள் முக்கியமல்ல. அந்தப் பொருளைக் கொண்டு நம் லட்சியத்தை அடைவதுதான் மிகவும் முக்கியமானது.

நாம் எடுத்துக் கொண்டிருக்கும் பொருள் நம் லட்சியத்தை நிறைவேற்றும் கருவிதான். இதை எப்போதும் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

நாம் எடுத்துக் கொண்டிருக்கும் பொருளும், மந்திரமும் அலைந்து கொண்டிருக்கும் மனதை ஒருமுகப் படுத்தும் கருவிகள்தான். இந்தக் கருவிகளைக் கொண்டு நம் மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதுதான் நமது லட்சியம் என்பதை மறந்து விடக்கூடாது.

ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு லட்சியம் இருக்கும். அதை அடைவதற்கு சோதனைகளும், திறமையும், கருவிகளும் வேறுபடலாம்.

இதனால் மற்றவர்கள் தியானம் செய்வதற்கு மேற்கொள்ளும் கருவிகளையும் மந்திரங்களையும் பொருந்தாதவை என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

நாம் மேற்கொண்டிருக்கும் தியான முறைதான் உயர்ந்தது என்று எண்ணவும் கூடாது. ஒவ்வொருவருக்கும் அவரவர் மனநிலைக்கு ஏற்ப, சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப ஒவ்வொரு பொருளும் மந்திரமும் எளிதாக இருக்கும்.

இதற்குக் காரணம் என்ன? அவரவர் மனப் பக்குவமும், அவர்கள் மேற்கொண்டிருக்கும் வாழ்க்கை முறைகளும் தான்.

நாம் மேற்கொண்டிருக்கும் தியானத்திற்கு உபயோகிக்கும் மந்திரமும் முறையும் நமக்கு எப்படி உயர்வானதோ, அதுபோலத்தான் மற்றவர்கள் மேற்கொண்டிருக்கும் தியானத்திற்கு அவர்கள் உபயோகிக்கும்

மந்திரமும் முறைகளும் உயர்வானவை என்பதை மறந்து விடக் கூடாது.

மற்றவர்களின் லட்சியத்தை நாம் குறை கூறுவதன் மூலமாக நம்முடைய லட்சியத்தில் இருந்து நாம் விலகிவிட நேரிடும்.

காரணம் நம்முடைய லட்சியமும், நம்முடைய மந்திரமும், நாம் மேற்கொண்டிருக்கும் முறைகளும்தான் மேலானவை என்று எண்ணும்போது ஆணவம் வளர்வதாலும், மற்ற உயிர்களிடத்தில் அனுதாபம் குறைவதாலும் நாம் தியானப் பயிற்சியில் உயர முடியாது.

இதனால் தான் "ஜீவதோஷம்" விசாரிக்கக் கூடாது என்று திருஅருட் பிரகாச வள்ளலார் கரண ஒழுக்கத்தில் வற்புறுத்தி இருக்கிறார்.

அவரவர் விரும்பும் ஒரே தத்துவத்தைத்தான் அவரவர் தியானப் பயிற்சிக்கு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அப்படி எடுத்துக் கொண்டால்தான் அவரவர் லட்சியத்தில் வெற்றி பெற முடியும்.

மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதற்கு ஏகாக்கிரகம் என்று பெயர். இது பரிணாமத்தின் முதல் படி என்று சொல்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

எனவே ஏகாக்கிரக சித்தம் என்கிற இந்த மன ஒருமுகப்படுத்தும் பயிற்சியை நாம் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இது நம் மனம் போகும் போக்கில் நாம் போய் விடாமல், நம்முடைய ஆட்சிக்குள் நம் மனத்தைக் கொண்டு வருவதற்கு இத்தகைய பயிற்சி மிக மிக அவசியமானது.

மனத்தின் இயற்கை அது தன் விருப்பப்படி சென்று கொண்டு இருப்பது தான்.

அதை ஒரு லட்சியத்துடன் இணைத்து நிலைபெறச் செய்ய வேண்டும்.

அப்படி நிலை பெறச் செய்யும்போது உண்டாகிற அறிவு தான் நன்மையைக் கொடுக்கும் அறிவாக மலர்கிறது.

இதைத்தான், ''சென்ற இடத்தால் செலவிடாது, தீது ஒரீஇ, நன்றின்பால் உய்ப்பது அறிவு'' என்று சொல்கிறது திருக்குறள்.

தியானப் பயிற்சி இல்லையென்றால் அறிவிலும் மலர்ச்சி ஏற்படாது. வாழ்க்கையிலும் உயர்வும் மகிழ்ச்சியும் ஏற்படாது.

மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதற்காகப் பயன் படுத்துகிற மந்திரத்தையோ தியானத்துக்கு உரிய பொருளையோ நாம் முக்கியமாகக் கொள்ளக்கூடாது. ஆனால் மந்திரத்தையும் தியானத்துக்கு உரிய பொருளையும் நாம் உபயோகப்படுத்தி தியானத்தின் உச்சநிலைக்குச் செல்ல வேண்டும். மனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவதில் முயல வேண்டும்.

மந்திரமும் தியானத்துக்கு உரிய பொருளும் மாடியில் ஏறுவதற்கு உபயோகிக்கும் ஏணியைப் போன்றவை. அவ்வளவுதான்.

மனம் ஒருமுகப்பட்டு அது நம் ஆட்சிக்கு வந்த பிறகு, மாடியில் ஏறியவன் ஏணியை எறிந்துவிடுவது போல, மந்திரத்தையும், அதற்கு நாம் எடுத்துக் கொண்ட பொருளையும் கூட எறிந்து விடலாம்.

மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதற்கு பதஞ்சலி முனிவர் அடுத்த மந்திரத்தில் ஒரு அருமையான உத்தியைச் சொல்கிறார்.

அதைப் பார்க்கும்போது பதஞ்சலி முனிவரின் விரிந்த, பரந்த மனத்தை எண்ணி வியக்க வேண்டி இருக்கிறது. அவரை வணங்க வேண்டி இருக்கிறது.

ஒருவர் அடைய வேண்டிய லட்சியத்தைத்தான் பதஞ்சலி முனிவர் முக்கியமாகக் கொள்கிறார். அந்த லட்சியத்தை அடையும் பாதைகளைப் பற்றி அவர் கவலைப்படவில்லை.

ஒரு குறிப்பிட்ட பாதையில்தான் சென்று நம் லட்சியத்தை அடைய வேண்டும் என்று பதஞ்சலி முனிவர் யாரையும் கட்டாயப்படுத்தவில்லை.

பதஞ்சலி முனிவர் பல நெறிகளையும், வழிகளையும், அவற்றைக் கொண்டு அடைய வேண்டிய பொருள்களையும், மந்திரங்களையும் பலருக்கும் பயன்படும்படிச் சொல்லி இருக்கிறார்.

ஆனால் தாம் சொன்ன மந்திரங்களையோ, பொருள்களையோ தியானப் பயிற்சிக்கு உபயோகிக்க வேண்டும் என்று நம்மை வற்புறுத்தவில்லை.

நமக்கு எது எளிதென்று தோன்றுகிறதோ அந்த மந்திரங்களையும் பொருள்களையும் உபயோகப்படுத்தி மனதை ஒருமுகப்படுத்திக் கொள்ளலாம் என்று நமக்குச் சுதந்திரத்தையும் கொடுத்திருக்கிறார்.

இதனால்தான் பதஞ்சலி முனிவர் குறிப்பிடும் யோகம் எல்லாராலும் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டு இருக்கிறது.

ஒவ்வொருவரும் தங்கள் தங்கள் வழியில் மந்திரங்களையும், பொருள்களையும் கொண்டு, யோகப் பயிற்சி செய்யலாம் என்று சொல்லும்போது, இப்படிப்பட்ட யோகப் பயிற்சியை விரும்பி ஏற்றுக் கொள்ளவே முன்வருவார்கள்.

மனம் அமைதியாக இருப்பதற்கும், வாழ்வில் மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பதற்கும் யோகப் பயிற்சியே சிறந்த முறை என்பதை பதஞ்சலி முனிவர் அடுத்த மந்திரத்தில் இன்னும் தெளிவாக விளக்குகிறார்.





33. மைத்ரீ கருணா முதிதோபேக்ஷாணாம் ஸுகது : க்க புண்யாபுண்யவிஷயாணாம் பாவனாதச்சித்த ப்ரஸாதனம் ||

மன அமைதியைப் பெறுவதற்கு நான்கு படிகள் இருக்கின்றன.

மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பவர்களை நண்பர்களாகக் கொள்ள வேண்டும்.

மகிழ்ச்சியுடன் இல்லாதவர்களிடம் அனுதாபம் காட்ட வேண்டும்.

தர்மம் தவறாமல் நடப்பவர்களிடம் உறவு கொள்ள வேண்டும்.

கொடியவர்கள் நம் வாழ்க்கையில் குறுக்கிடாமல் அவர்களை ஒதுக்கி விட வேண்டும்.

ஒருவர் யோக வாழ்க்கையின் உச்ச நிலையான சமாதி நிலையை அடைய விரும்பினாலும் சரி – அல்லது யோக வாழ்க்கையை அடியோடு விட்டு விடுவதற்குத் திட்டமிட்டு அதிலிருந்து விடுபட விரும்பினாலும் சரி – இந்த முப்பத்து மூன்றாவது சூத்திரத்தின் உட்பொருளை ஒவ்வொருவரும் தங்கள் வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ள வேண்டும் என்பதை வலியுறுத்துகிறேன்.

ஒவ்வொருவரின் தினசரி வாழ்க்கையிலும் அவர்கள் அமைதியுடன் இருப்பதற்கு அவர் மனம் சலனமின்றி இருக்க வேண்டும்.

ஒருவர் தம் வாழ்க்கையில் மிக உயர்ந்த லட்சியத்தை மேற்கொள்ளாமல் இருக்கலாம்.

அவர்கூட இந்த மந்திரத்தை மட்டும் அதன் உட்பொருளை உணர்ந்து அதன்படி வாழ்ந்து வருவாரானால் அவரைத் துன்பம் நெருங்க முடியாது.

இந்த மந்திரம்தான் என் வாழ்க்கைக்கு வழி காட்டியாக இருந்துகொண்டு இருக்கிறது என்பதை என் அனுபவத்தில் உணர்ந்து வருகிறேன்.

இது எனக்குப் பரிபூரண மன அமைதியைக் கொடுத்துக் கொண்டு இருக்கிறது.

இந்த மந்திரத்தின் மூலமாக பதஞ்சலி முனிவர் அமைதி என்னும் கோட்டையின் நான்கு வாசலை நாம் திறப்பதற்கு நமக்கு நான்கு சாவிகளைக் கொடுத்திருக்கிறார்.

நட்பு, அனுதாபம், மகிழ்ச்சி, புறக்கணித்தல் என்ற இந்த நான்கு சாவிகள்தான் அவை.

உலகத்தில் மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பவர்கள், மகிழ்ச்சியுடன் இல்லாதவர்கள், தர்மம் தவறாமல் நடப்பவர்கள், கொடியவர்கள் என்று நான்கு வகையான மக்கள் இருக்கிறார்கள்.

இவர்கள் தான் அமைதி என்னும் கோட்டையின் நான்கு வாசல்களின் நான்கு வகையான பூட்டுகள்.

இந்தப் பூட்டுகளைத் திறப்பதற்கு மேலே நான் சொன்ன நான்கு சாவிகளையும் கூடவே வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

மன அமைதி என்னும் கோட்டையின் நான்கு வாயில் கதவுகளைப் பூட்டி இருக்கும் பூட்டுகளைத் திறப்பதற்கு அந்த அந்த பூட்டுக்கு உரிய சாவியைப் பயன்படுத்தி அந்த அந்த பூட்டைத் திறக்க வேண்டும். பிறகு அந்த அந்த வாசல் வழியாக மன அமைதி என்னும் கோட்டைக்குள் தடை இல்லாமல் செல்லலாம்.

மன அமைதி என்னும் கோட்டையின் நான்கு வாசல்கள் எவை? அவற்றைப் பூட்டி இருக்கும் நான்கு பூட்டுகள் எப்படிப்பட்டவை?

சுகம், துக்கம், புண்ணியம், பாபம் என்ற நான்கு பூட்டுகள்தான் அவை.

சிலர் மகிழ்ச்சியுடன் வாழ்கிறார்கள். சிலர் துன்பத்திலேயே மிதக்கிறார்கள். சிலர் புண்ணிய புருஷர்களாக இருக்கிறார்கள். மிகப் பெரும்பாலோர் பாவிகளாக இருக்கிறார்கள்.

உலக மக்களில் நாம் பலரைச் சந்திக்கிறோம். அவர்கள் இந்த நான்கு வகையான மனிதர்களில் ஏதாவது ஒரு வகையைச் சேர்ந்தவர்களாகத்தான் இருக்க முடியும். வேறு வழி இல்லை.

மகிழ்ச்சியுடன் வாழ்கின்ற மனிதர்களைச் சந்திக்கும் போது நட்பு என்ற சாவியைப் பயன்படுத்தி அவருடன் பழகி வாருங்கள்.

பதஞ்சலி முனிவர் எதற்காக இதைச் சொல்லி இருக்க வேண்டும்?

நாலாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னமேயே ஒருவர் மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பதைப் பார்த்துத் தாமும் மகிழ்ச்சியடையாமல் இருப்பவர்களும் இருந்திருக்கிறார்கள். காரணம் பொறாமைதான்.

அந்த நிலையிலிருந்து மனிதர்கள் இன்னமும் மாற்றமடையவில்லை.

தம்முடைய மிகப்பெரிய லிங்கன் காரை ஓட்டிக் கொண்டு ஒருவர் வருகிறார். பெரிய அரண்மனை போன்ற தம் வீட்டு வாசலில் அந்தக் காரை நிறுத்துகிறார். அந்தக் காரின் கதவைத் திறந்து கொண்டு கம்பீரமாக இறங்குகிறார். ராஜாவைப் போல் நடந்து அந்த அரண்மனை போன்ற வீட்டுக்குள் செல்கிறார்.

அவர் அப்படிப் போவதை அந்த அரண்மனை போன்ற வீட்டுக்கு வெளியில் இருக்கும் நடைபாதையில் கொளுத்தும் வெய்யிலில் களைப்புடன் நிற்பவர்கள் பார்க்கிறார்கள்.

அந்த நடைபாதையில் இருக்கும் மனிதர்களில் எத்தனை பேர் கம்பீரமான லிங்கன் காரில் இருந்து

இறங்கிச் சென்றவரைப் பார்த்து சந்தோஷப்பட்டிருக்க முடியும்?

மிகச் சிலர் வேண்டுமானால் சந்தோஷப் பட்டிருக்கலாம்.

"பாருங்கள் அந்தக் கம்பீரமான காரை! பல்லாயிரக் கணக்கான தொழிலாளிகள் ரத்த வியர்வை சொட்ட உழைத்த உழைப்பால் இந்தக் காரை அவர் வாங்கி இருக்க வேண்டும்" என்று பலர் சொல்வார்கள்.

இப்படிப்பட்ட மனப்போக்குள்ள மக்களை நம் வாழ்க்கையில் தினந்தோறும் சந்திக்கிறோம்.

இவர்கள் பொறாமையின் வடிவமாகவே இருப்பவர்கள்.

ஒருவர் பெயரும், புகழும், பதவியும் பெற்றால் அவரைப் பார்த்துக் கேலி செய்பவர்களே அதிகம் இருக்கிறார்கள்.

"இவருடைய சகோதரரைப் பற்றி உங்களுக்குத் தெரியுமா? அவர் ஒரு மாதிரியான மனிதர். அவர் யார் யாரையோ ஏமாற்றி, லஞ்சம் கொடுத்து, அவர்களுடைய புலன் இன்பங்களை நிறைவேற்றி தன் சகோதரனை இந்த நிலைக்குக் கொண்டு வந்திருக்கிறார்" என்று சொல்வதிலேயே மகிழ்ச்சி அடைவார்கள்.

அவர் தம் சொந்த முயற்சியாலும், ஒழுக்கத்தாலும், இடைவிடாத உழைப்பாலும் இந்த உயர்ந்த பதவிக்கு வந்திருக்கிறார் என்பதை இவர்கள் ஏற்றுக் கொள்ள மாட்டார்கள்.

இப்படி நினைப்பவர்கள் பொறாமையின் வடிவ மானவர்கள். அவர்களுடைய ஏச்சும் பேச்சும் வாழ்க்கையில் உயர்ந்த நிலையில் இருக்கும் அந்த மனிதரின் மன அமைதியைக் குலைப்பதில்லை.

அதற்கு மாறாக மற்றவர்களின் மகிழ்ச்சியைப் பார்த்துப் பொறாமைப்படுபவர்கள், தங்கள் மன அமைதியைத் தாங்களே குலைத்துக் கொள்கிறார்கள்.

லிங்கன் காரில் இருந்து இறங்கியவர் சர்வ சாதாரணமாகத் தம் அரண்மனை போன்ற மாளிகைக்குள் சென்றுவிட்டார்.

அதைப் பார்த்துப் பொறாமைப்படுபவர்களின் வயிறோ பற்றி எரிகிறது!

காரில் இருந்து இறங்கிய அந்த மனிதரைப் பார்த்து வயிற்றெரிச்சல்படுவதற்குப் பதிலாக, "இந்த மனிதர் எவ்வளவு பாக்கியசாலி. இவரைப் போல ஒவ்வொருவரும் இருந்தால் இந்த உலகம் எவ்வளவு ஆனந்தமாக இருக்கும். இவரைப் போலவே எல்லா மக்களும் தங்கள் வாழ்க்கையில் வளமாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் வாழும்படி இறைவனே! அருள்புரிய மாட்டாயா?" என்று வேண்டிக் கொண்டால் எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும்!

இந்த மன உணர்வுதான் மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பவர்களிடம் நட்பு கொள்ளும் முறையாகும்.

இந்தப் பொறாமை மனப்பாங்கு தனிப்பட்ட மனிதர்களிடம் மட்டும் இருக்கிறது என்று எண்ணிவிட வேண்டாம். சமுதாயங்களின் மத்தியிலும், தேசங்களுக்கு இடையிலும் இருந்து வருகின்றன.

ஒரு நாடு தன் அயராத உழைப்பால் வளம் பெற்று உயர்கிறது. அந்த நாட்டை அடுத்து இருக்கும் நாடு அதைப் பார்த்துப் பொறாமைப்படுகிறது. அந்த நாட்டைப் போல் தாமும் வளரவேண்டும் என்று எண்ணாமல் தன் பக்கத்தில் இருக்கும் அந்த நாட்டில் பொருளாதாரச் சீர்குலைவையும், வன்முறைகள் மூலம் அந்த நாட்டின் சமுதாய வாழ்க்கையில் அமைதி இன்மையையும் ஏற்படுத்துவதிலேயே கவனம் செலுத்துகிறது.

இதனால் அந்த நாடு வளரும் நாட்டுடன் நட்பு கொண்டு முன்னேறும் வாய்ப்பை இழந்து விடுகிறது.

மகிழ்ச்சியுடன் வாழ்கிறவர்களைப் பார்த்து அவர்களுடன் நட்புகொண்டு, நாமும் மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பதற்கு உபயோகப்படுத்த வேண்டிய நட்பு சாவியை உபயோகப் படுத்துவதற்கு மறந்துவிடக் கூடாது.

இரண்டாவது பூட்டு எது? துன்பத்துடனும், துயரத்துடனும், பொறாமையுடனும் வாழும் மக்கள் மனநிலையைப் பற்றிய பூட்டு அது.

"ஒவ்வொருவரும் துன்பமும் துயரமும் படுவதற்கு அவர்கள் முன் பிறவியில் செய்த தீமைகள் தான் காரணங்கள் என்று சாத்திரங்கள் சொல்வதாகச் சொல்கிறார்கள். அதனால் அவர்கள் இந்தப் பிறவியில் துன்பப்படுகிறார்கள்" இப்படிச் சொல்லும் மனப்பாங்கு நமக்கு இருக்கக்கூடாது.

முன் பிறவியில் அவர்கள் பிற உயிர்களுக்குச் செய்த துன்பங்களே அவர்கள் இந்தப் பிறவியில் துன்பப்படுவதற்குக் காரணமாகவும் இருக்கலாம்.

இவ்வாறு நாம் நினைத்தால் அவர்கள் மீது அனுதாபப்படுவதற்கு வாய்ப்பே இல்லாமல் போய்விடும்.

அனுதாபம் வெறும் சொல் அளவில் இருந்தால் போதாது. அவர்களுக்கு எந்த வகையிலாவது உதவி செய்ய வேண்டும்.

நமது உணவில் ஒரு பகுதியை அவர்களுக்குக் கொடுக்கலாம். அவர்களிடம் ஜீவகாருண்யத்துடன் நடந்து கொள்ளலாம்.

இப்படிச் செய்வதன் மூலமாக நம் மனத்தில் மகிழ்ச்சியும் அமைதியும் ஏற்படும்.

நம் வாழ்க்கையின் குறிக்கோளே மன அமைதியுடனும் மகிழ்ச்சியுடனும் வாழ்வதுதான் என்பதை மறந்துவிடக் கூடாது.

நம்முடைய ஜீவகாருண்ய உணர்வும், நாம் துன்பப் படுகிறவர்களுக்குச் செய்யும் உதவியும் அவர்களுக்கு அமைதியையும் மகிழ்ச்சியையும் கொடுக்கிறதோ இல்லையோ நமக்கு நிச்சயம் மகிழ்ச்சியையும், மன அமைதியையும் கொடுக்கும்.

இப்போது மூன்றாவது பூட்டைப் பார்ப்போம். அதாவது புண்ணிய புருஷர்களைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்வோம்.

புண்ணியம் செய்பவர்களைப் பார்த்து முதலில் மகிழ்ச்சி அடையக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு புண்ணிய புருஷனைப் பார்த்ததும், 'எவ்வளவு புனிதமான மனிதர் இவர், இவர்தான் எனக்கு வழிகாட்டும் தலைவர். அவரிடம் இருக்கும் பெரும் குணங்களைப் பற்றி நான் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அப்படிப்பட்ட உன்னதமான குணங்களை நான் என் வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ளவும் வேண்டும்' என்று ஒவ்வொருவரும் எண்ண வேண்டும்.

அந்த உன்னதமான மனிதரைப் பார்த்துப் பொறாமைப்படக்கூடாது. அவர் மீது மாசு ஏற்படும்படியான செயலிலும் ஈடுபடக்கூடாது.

அவரிடம் இருக்கும் உயர்ந்த பண்புகளைப் போற்றிப் புகழ வேண்டும். அவரிடம் இருக்கும் உன்னத குணங்களை நம் வாழ்க்கையிலும் கடைபிடித்து நாமும் உயர்வதற்கு முயல வேண்டும்.

நான்காவது பூட்டான கொடியவர்களைப் பற்றியும் நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

நம் வாழ்க்கையில் பல சமயங்களில் கொடிய மனிதர்களையும் சந்திக்க நேர்கிறது. இந்த உண்மையை யாராலும் மறுக்க முடியாது.

இவர்களைச் சந்திக்கும் சூழ்நிலையில் நம் மன உணர்வு எப்படி இருக்க வேண்டும்?

"துஷ்டனைக் கண்டால் தூர விலகு" என்று பெரியோர்கள் சொன்ன வாக்குப்படி நடந்து கொள்வது.

அப்படிப்பட்ட தீயவனைப் பார்த்தால், அவன் நல்லவனாகவும் இருந்திருக்கலாம். ஏதோ சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையில் தீயவனாக மாறி இருக்கலாம். நாமும்கூட ஒரு காலத்தில் தீயவர்களாக இருந்து இப்போது நல்லவர்களாக மாறுவதற்கு முயன்றுகொண்டு இருக்கலாம்.

இன்று தீயவர்களாக இருப்பவர்கள் நாளைக்கு நல்லவர்களாக மாறுவதற்கும் வாய்ப்பு இருக்கிறது.

அவர்களைத் திருத்துவதற்கு, புத்தி சொல்ல முயலக் கூடாது. காரணம் அவர்கள் அதை நல்ல நோக்கத்தில் எடுத்துக்கொள்ளும் மனநிலை அவர்களிடம் இல்லை.

நாம் சொன்ன நல்லவற்றை அவர் ஏற்றுக் கொள்ள வில்லையே என்று நாம் வேறு துன்பப்பட நேரிடும். இதனால் நம்முடைய மன அமைதியும் குறையும்.

இப்போது பஞ்ச தந்திரத்தில் ஒரு கதை எனக்கு நினைவுக்கு வருகிறது. நான் சிறு பையனாக இருந்தபோது இந்தக் கதையைக் கேட்டிருக்கிறேன். அது இன்னும் பசுமையாக என் நினைவில் இருக்கிறது.

மழைக்காலம். ஒரு மரத்தின் கிளையில் குரங்கு ஒன்று உட்கார்ந்து கொண்டு இருக்கிறது. மழை பெய்து கொண்டு இருக்கிறது. அந்த மழையில் குரங்கு முழுமையாக நனைந்துவிட்டது. அதன் உடல் நடுங்கிக் கொண்டு இருக்கிறது.

அந்த மரத்தின் இன்னொரு கிளையில் தான் கட்டிய கூட்டில் மழையில் நனையாமல் ஒரு பறவை வசதியாக இருக்கிறது.

அந்தப் பறவை கட்டிய கூடு மழைக்குப் பாதுகாப்பாகவும் இருக்கிறது. அந்தக் கூடு மரக்கிளைகளில் தொங்கிக் கொண்டு இருக்கிறது. காற்றில் மெதுவாக ஊஞ்சல் போல ஆடிக்கொண்டும் இருக்கிறது.

அந்தக் கூடு மாடி வீட்டைப் போல் பல வசதிகளுடன் அமைக்கப்பட்டும் இருக்கிறது. கூட்டுக்குள் இருக்கும் மாடியில் ஓர் அறையும், அதன்கீழ் வரவேற்பு அறையும் அதன் அருகில் படுக்கை அறையும், அதற்குக் கீழே தான் முட்டை இட்டுக் குஞ்சு பொறிப்பதற்கு வசதியான அடைகாக்கும் அறையும் இருக்கின்றன.

இந்த மாதிரியான வசதிகளுடன் இருக்கும் ஒரு தூக்கணாங்குருவியின் கூட்டைப் பார்த்து அது கட்டப்பட்டு

இருக்கும் பொறி இயல் திறமையைக் கண்டு தொழில் நுட்ப விஞ்ஞானிகளே வியக்கிறார்கள்.

தூக்கணாங்குருவி குளிருக்கு இதமான தன் அறையில் இருந்து வெளியே எட்டிப் பார்த்தது. அடுத்த கிளையில் மழையில் நனைந்து நடுங்கிக் கொண்டு இருந்த குரங்கைப் பார்த்தது.

"நானோ சிறு குருவி. இந்தக் கூட்டை என் சிறு மூக்காலும், சிறிய கால்களாலும் கட்டி இருக்கிறேன்.

டார்வின் என்ற அறிஞர் மனிதர்களின் மூதாதை என்று உன்னைப் பற்றி சொல்லுகிறார். உனக்கு கைகள், கால்கள், அதற்கு மேலாக வாலும் இருக்கிறது.

நீ ஏன் ஒரு சிறு வீட்டைக் கட்டிக்கொண்டு மழைக் காலத்தில் வசதியாக இருக்கக் கூடாது?'' என்று தூக்கணாங்குருவி மழையில் நனைந்து நடுங்கிக் கொண்டு இருக்கும் குரங்கைப் பார்த்துப் பரிதாபத்துடன் கேட்டது.

அப்போது அந்தக் குரங்கின் முகத்தில் கோபக் கனல் மின்னியது. அதன் முசம் கொடூரமாக மாறியது.

"ஏ! அற்ப பிசாசே! நீயா எனக்குப் புத்தி சொல்ல வந்துவிட்டாய்?

"நீ உன் கூட்டில் வசதியாக இருப்பதால் அல்லவா என்னைப் பார்த்துக் கேலி செய்கிறாய்?

கொஞ்சம் பொறு. நீ எங்கே போகப் போகிறாய் என்பதைத் தெரிந்து கொள்வாய்?" என்று சொன்னது அந்தக் குரங்கு.

அடுத்த கணம் அந்தத் தூக்கணாங்குருவியின் கிளைக்குக் குரங்கு தாவியது. அந்தக் குருவியின் கூட்டைப் பிய்த்து எறிந்தது.

தூக்கணாங்குருவியும் குரங்கைப்போலவே இப்போது மழையில் நனைந்து கொண்டு இருக்கும்படி நேர்ந்து விட்டது.

இதுபோன்ற குரங்குகளை மனிதர்களிலும் நாம் சந்திக்க நேரலாம்.

அவர்களுக்குப் புத்தி சொல்ல நேர்ந்தால் நமக்கும் தூக்கணாங்குருவிக்கு ஏற்பட்ட கதிதான் ஏற்படும்.

உயர்ந்த வசதியுடன் இருக்கும் ஒருவர் தீயவர்களைப் பார்த்து அவர்களுக்குப் புத்தி சொல்லத் துணிந்தால், தீயவர்கள் தங்களைப் பார்த்து அவர்கள் செருக்குடன் அவமதித்துப் பேசுவதாக எண்ணி விடுவார்கள்.

இந்த மாதிரி துஷ்டர்களைப் பார்க்கும்போது, ஒதுங்கி விடுவதுதான் சிறந்த புத்திசாலித்தனமாகும்.

அவர் அவர் தம் தம் அனுபவத்தினால் தான் தங்கள் நிலையை உணரமுடியும். பிறர் சொல்லி அவர்கள் கேட்கமாட்டார்கள்.

இப்படிப்பட்டவர்களுக்கு புத்தி சொல்வதனால் நம்முடைய மகிழ்ச்சியையும் மன அமைதியையும் நாம் இழக்க நேரிடும்.

மேலே குறிப்பிட்ட நான்கு வகையான மக்களைத் தவிர வேறு வகையான மக்களை நாம் சந்திக்க முடியுமா?

எல்லா மக்களையும் பதஞ்சலி முனிவர் இந்த நான்கு வகைகளில் நமக்குப் பிரித்துக் காட்டி இருக்கிறார்.

மகிழ்ச்சியடைபவர்கள், துன்பப்படுபவர்கள், புண்ணிய புருஷர்கள், பாவிகள் என்று நான்கு வகையில்தான் மக்களைப் பிரித்துக் காணமுடியும்.

இவர்களிடம் நட்புடனும், அனுதாபத்துடனும், மகிழ்ச்சியுடனும், நாம் செய்யும் உதவியை அவர்கள் தவறாமல் எடுத்துக் கொள்ளமுடியாதபடி அவர்களைப் புறக்கணிப்பது போல் நடந்து கொள்வதும் ஆகிய நான்கு வழிகளில் தான் நாம் நடந்து கொள்ள வேண்டும்.

இந்த நாலு வகையான சாவிகளையும் நாம் எப்போதும் நம்மிடம் வைத்துக் கொண்டு இருக்க வேண்டும்.

இந்தச் சாவிகளைக் கொண்டு அது அதற்கு உரிய பூட்டுகளையும் திறந்து மன அமைதியுடனும் மகிழ்ச்சியுடனும் இருக்கத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இந்த உலகில் உள்ள எதனாலும் நம் மன அமைதி கெடுவதற்கு இடம் தரக் கூடாது.

நம் வாழ்க்கையின் லட்சியமே நம் மனத்தை அமைதியுடன் வைத்துக் கொள்வதுதான்.

பதஞ்சலி யோகத்தில் இருக்கும் எல்லா மந்திரங்களும் மன அமைதியைக் கொடுப்பதற்கான வழிவகைகளை வகுத்துக் காட்டுவதுதான்.

அதிலும் இந்த 33 ஆவது மந்திரம் மன அமைதிக்கு முழுமையாக வழிகாட்டுகிறது.





34. ப்ரச்சர்தன
விதாரணாப்யாம் வா ப்ராணஸ்ய : ||

மூச்சை வெளியே விடுவதாலும், நிறுத்துவதாலும் ஒருவர் மன அமைதியுடன் இருக்கலாம்.

பதஞ்சலி முனிவர் நாம் சாதாரணமாக விடும் மூச்சைப் பற்றித்தான் அதாவது பிராணனைப் பற்றித் தான் இங்கே பேசுகிறார்.

இதற்கு அட்டாங்க யோகம், நாலாவது அங்கத்தில் பிராணாயாமம் என்று பெயர்.

பிராணாயாமம் என்பது ஒருவர் தம் மூச்சை அடங்கி ஆள்வதைக் குறிப்பது. இதன்மூலம் மனம் அமைதி பெறலாம். மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கலாம்.

பிராணன் என்கிற நாம் விடும் மூச்சின் இயக்கம் மூன்று வகைப்படும்.

ஒன்று மூச்சை உள்ளே இழுப்பது. இரண்டு உள்ளே இழுத்த மூச்சை வெளியே விடுவது. மூன்று உள்ளேயோ, வெளியேயோ மூச்சை நிறுத்தி வைப்பது.

மூச்சை உள்ளே இழுத்தலை 'ஏறுதல்' அல்லது 'பூரகம்' என்று சொல்வார்கள்.

மூச்சை வெளியே விடுதலை 'ரேசகம்,' அல்லது 'ஆறுதல்' என்று சொல்வார்கள்.

மூச்சை உள்ளேயோ வெளியேயோ நிறுத்தலை 'கும்பகம்', அல்லது 'ஊறுதல்' என்று சொல்வார்கள்.

இந்த இரண்டு வகையான கும்பகங்களில் பிராணாயாம நிபுணர்களில் சிலர் மூச்சை வெளியே நிறுத்துவதைத்தான் பதஞ்சலி முனிவர் கும்பகம் என்று சொல்கிறார் என்கிறார்கள்.

மூச்சை உள்ளே இழுத்து அங்கேயே நிறுத்துவதைவிட, மூச்சை வெளியே விட்டு வெளியே நிறுத்துவதைப் பற்றியே பதஞ்சலி பேசுகிறார்.

காரணம் மூச்சு உள்ளே இருக்கும்போது அங்கு அதனுடைய வேலை நடைபெறுகிறது. அதனால் மனம் அமைதியை பெறுவதில்லை.

பிராணாயாமத்திலும் பல வகைகள் இருக்கின்றன. பதஞ்சலி முனிவர் அவற்றைப் பற்றி இங்கே பேசவில்லை.

பதஞ்சலி முனிவர் மூச்சை வெளியே விடும்போது அதன் ஒவ்வொரு பகுதியையும் உற்று நோக்குவதைப் பற்றியே பேசுகிறார்.

மூச்சை ஒழுங்குபடுத்துவதற்கு அதை முதலில் வெளியே விட வேண்டும். பிறகு படிப்படியாக உள்ளே இழுக்க வேண்டும்.

இப்படி உள்ளும் புறமும் மூச்சு இயங்கிக் கொண்டிருப்பதைக் கூர்ந்து கவனிப்பது தான் பிராணாயாமத்தின் முக்கிய நோக்கமாகும்.

அப்படி மூச்சின் இயக்கத்தைக் கூர்ந்து கவனிக்கும்போது மனம் எவ்வாறு மூச்சுடன் சேர்ந்து அமைதி அடைகிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்வதுதான் பிராணாயாமத்தின் நோக்கம்.

பிராணன் என்பது உயிர்ச் சக்தியின் இயக்கம். யாமம் என்றால் அதை மன அமைதிக்காகவே அடக்கி தன் ஆட்சிக்குள் வைத்துக் கொள்ளுதல்.

"மன்மனம் எங்கு உண்டு, வாயுவும் அங்கு உண்டு. மன்மனம் எங்கு இல்லையோ வாயுவும் அங்கு இல்லை"

என்கிறார் சித்தர்களில் தலைசிறந்த சித்தரான திருமூலர்.

அமைதி அடையும் மன்மனம் எங்கே நிலை பெறுகிறதோ அங்கேதான் வாயுவும் அதாவது மூச்சுக் காற்றும் நிலைபெறுகிறது.

'அமைதியான மனம் எங்கு இல்லையோ அங்கே ஒழுங்காக இயங்கும் வாயுவும் அதாவது மூச்சுக் காற்றும் இல்லை' என்பதுதான் மேலே இருக்கும் திருமந்திரச் செய்யுளின் பொருள்.

ஏதாவது வேலையில் ஆழ்ந்து ஈடுபடுகிறோம். அந்த வேலையில் திடீர் என்று சிக்கல் ஏற்படுகிறது. அப்போது மூச்சின் இயக்கமும் நின்றுவிடுவதைக் கூர்ந்து கவனித்தால் புரிந்து கொள்ளலாம்.

இப்படி மூச்சு இயற்கையாக நிற்பதுதான் ஆற்றல் ஊறுகின்ற கும்பகம். எனவே செயற்கையான கும்பகம் தேவையில்லை என்பதுதான் பதஞ்சலி முனிவரின் யோக நோக்கம்.

யோகப் பயிற்சியின் போது பிராணனின் உயிர் சக்தியைச் சேமிப்பதற்காக பன்னிரண்டு அங்குலம் அல்லது பன்னிரண்டு 'ஓம்' அளவு மூச்சுக் காற்றை உள்ளே இழுக்க வேண்டும். அதை எட்டு அங்குலம் அல்லது எட்டு 'ஓம்' அளவு வெளியே விட வேண்டும்.

இந்த முறையினால் நாலு அங்குலம் அல்லது நாலு 'ஓம்' பிராணனின் உயிர்ச் சக்தியைச் சேமிக்கலாம் என்பார்கள். இப்படிச் சொல்பவர்கள் சாதாரண ஹதயோகிகள்.

யோக ஆசார புத்த சமய யோக நூல்களில் ஒன்று 'அன – பானகதி' என்பது.

பிராணன் – அபாணன் என்ற இரண்டு வகையான மூச்சுக் காற்றைப் பற்றி இந்த நூல் விளக்குகிறது.

இவற்றைப் பற்றியே ஹத யோகிகளும் விவரமாகப் பேசுகின்றனர். இப்படிப்பேசும்போது பிராணாயாமத்தில் பலவகைகள் இருப்பதைப் பற்றியும் சொல்கிறார்கள்.

மேல் நோக்கிச் செல்லும் மூச்சுக் காற்றுக்கு 'பிராணன்' என்று பெயர். கீழ் நோக்கிச் செல்லும் மூச்சுக் காற்றுக்கு 'அபாணன்' என்று பெயர்.

மேல் நோக்கிச் செல்லும் பிராணன் என்ற மூச்சுக் காற்றையும், கீழ்நோக்கிச் செல்லும் அபாணன் என்ற மூச்சுக் காற்றையும் சமப்படுத்துவதுதான் பிராணாயாமம்.

பிராணன் என்ற மூச்சுக் காற்று, உடல் செம்மையாக இயங்குவதற்கு வேண்டிய ஆற்றலைக் கொடுப்பது.

அப்படி பிராணன் என்ற மூச்சுக் காற்றின் ஆற்றலால் உடலில் ஏற்படும் அசுத்தப் பொருளை வெளியே தள்ளும் காற்றுதான் அபாணன் என்பது.

இந்த பிராணன், அபாணன் என்ற இரண்டு காற்றுகளும் உடலுக்குள் சமநிலையில் இருக்க வேண்டும்.

அப்போதுதான் மனம் அமைதியுடன் செயல்படும்.

ஹதயோகம் பிராணன் – அபாணன் இரண்டையும் சமநிலைப்படுத்தி சமாதி நிலைக்கு உயர்த்தும் யோகம் தான்.

ஹத என்ற வார்த்தையில் ஹ – த என்ற இரண்டு பகுதிகள் இருக்கின்றன. 'ஹ' என்றால் சூரியன். 'த' என்றால் சந்திரன்.

சூரியனும் சந்திரனும் ஒன்றுக்கு ஒன்று எதிரான குணங்களை உடையவை. சூரியன் உஷ்ணமானது. சந்திரன் குளிர்ச்சியானது.

இந்த இரண்டையும் சமநிலைக்குக் கொண்டு வருவதுதான் ஹதயோகப் பயிற்சியினால் ஏற்படும் பலனாகும்.

மனதுக்கு அமைதியை ஏற்படுத்துவதற்காகவே மூச்சை ஒழுங்குபடுத்துகிறோம்.

இதைத்தான் பதஞ்சலி யோகத்தின் முதல் செய்யுள், "ஹத யோக அனுசானை" என்று சொல்லுகிறது.

இவ்வாறு மூச்சுக் காற்றை ஒழுங்குபடுத்துவதுதான் ஞானயோகத்திற்கும் அடிப்படையாகும்.

காரணம் மூச்சு ஒழுங்குபடும் போதுதான் சிந்தனையும் ஒழுங்குபடும். மன அமைதியும் உருவாகும்.

இதைத்தான் "சிந்தனை உனக்குத் தந்தேன். திருவருள் எனக்குத் தந்தாய்" என்று சித்த புருஷர்கள் சொல்லுகிறார்கள்.

மூச்சு இப்படி இயற்கையாக சமநிலை அடைவதையே, திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார் 'சகசநிஷ்டை' என்கிறார். சகச நிஷ்டை என்றால் இயற்கையான தியானம் என்று பொருள்.

பிராணனும் மனமும் நாம் மூச்சுவிடும்போது நெருங்கிய தொடர்பு உடையனவாகவே இயங்கிக் கொண்டு இருக்கின்றன.

ஞான சித்தரான திருமூலர் இதைக் குறிப்பிடும் போது, "எங்கே மனம் செல்கிறதோ அங்கே பிராணனும் செல்கிறது" என்கிறார்.

இந்த உண்மையை யோகப் பயிற்சியில் போதுமான அனுபவம் உள்ளவர்கள் தங்களுடைய அன்றாட வாழ்க்கையிலும் உணர்ந்து அனுபவிக்கலாம்.

இதை யோகப் பயிற்சி இல்லாத சாதாரண மனிதர்கள் கூட புரிந்து கொள்ளலாம்.

ஒரு வேலையில் ஈடுபட்டு மனம் இயங்கும்போது அதனுடன் சேர்ந்து பிராணனும் இயங்குகிறது.

மனம் அதிர்ச்சிக்கு உள்ளாகும்போது பிராணனும் சட்டென்று இயங்காமல் நின்று விடுவதை உணரலாம்.

மனத்தை அதிர்ச்சிக்கு ஆளாக்காமல் அமைதியுடன் இயங்கச் செய்வதற்கு மந்திர யோகம் துணை புரியும்.

இதைத்தான் 'மனமது செம்மையானால் மந்திரம் ஜபிக்க வேண்டாம்' என்று சொல்வார்கள்.

மனம் அதிர்ச்சிக்கு உள்ளாகாமல் செம்மையாக இயங்குவதற்கு மந்திர ஜபம் துணை புரிகிறது.

ஏதாவது புத்தகத்தை ஆழ்ந்து படிக்கிறபோதோ, ஏதாவது சிந்தனையில் தீவிரமாக ஈடுபடும்போதோ சற்று நேரம் படிப்பதையும், சிந்திப்பதையும் நிறுத்த வேண்டும். அப்போது நம்முடைய பிராண இயக்கத்தை உற்று நோக்க வேண்டும். அப்படி நோக்கும் போது மனமும் பிராணனும் இணைந்து செயல்படுகின்றன என்பதை யோகப் பயிற்சியில்லாத சாதாரண மனிதர்கள் கூட புரிந்து கொள்ளலாம்.

மூச்சின் இயக்கம் என்று ஒன்று இருப்பதே நம் உணர்வுக்கு எட்டுவதில்லை.

பிராணன் – மனம் என்ற இரண்டில் ஏதாவது ஒன்றின் இயக்கத்துக்குத் தடை ஏற்பட்டாலும் மற்றதின் இயக்கத்திலும் தடை ஏற்பட்டுவிடும்.

இதைத்தான் அன்றாட வாழ்விலும் யோகம் உண்டு என்று சொல்வார்கள்.

நமது மூச்சு இயக்கத்தை மீண்டும் முன்போல் இயங்கச் செய்வதற்கு முதலில் பெருமூச்சு விடுகிறோம். பிறகுதான் முன்போலவே மூச்சு இயக்கம் தொடங்குகிறது. இதை அனுபவத்தில் எல்லாருமே உணரலாம்.

இதற்கு என்ன காரணம்?

மனத்தின் இயக்கம் ஏன் தடைபட்டது? அது இயங்குவதற்கு வேண்டிய அளவு அதற்குப் பிராண வாயு கிடைக்காமல் போனதுதான்.

பெருமூச்சு விடும்போது ஏராளமான பிராணவாயு உள்ளே செல்கிறது. மனம் இயங்குவதற்கு வேண்டிய அளவு பிராணவாயு அதற்குக் கிடைத்து விடுகிறது. இப்போது மனமும் சிந்தனையும் பிராணனின் உதவியால் சமநிலையில் செயல்படத் தொடங்கி விடுகின்றன.

மனம் அமைதியுடன் நிற்கும்போது பிராணனும் அதனுடன் சேர்ந்து நிற்கிறது.

நாம் முயன்று மூச்சை நிறுத்தாமலே மூச்சுக் காற்று தானே நின்று விடுவதும் உண்டு. எதிர்பாராத அதிர்ச்சியின் விளைவால் இவ்வாறு பிராணன் தடைப்பட்டு விடுகிறது. இப்படித் தடைப்பட்டு நிற்கும் மூச்சுக் காற்றுக்கு, ‘கேவல கும்பகம்’ என்று பெயர்.

இப்படி நாம் இழந்த மூச்சை மீண்டும் கொண்டு வருவதற்கு பிராண வாயு தேவைப்படுகிறது. அதனால் தான் பெருமூச்சு விடுகிறோம். அப்போது பிராணவாயு உள்ளே செல்கிறது.

பிராணவாயு உள்ளே சென்றவுடன் அது உணர்ச்சியைத் தூண்டி எழுப்பி விடுகிறது.

மனமும் – பிராணனும் ஒன்றுபட்டு இயங்கத் தொடங்கி விடுகின்றன.

மூச்சு நின்று உணர்வும் அடங்கி நிற்கும் நிலைக்குத்தான் 'துரிய அதீதம்' என்று பெயர்.

பெருமூச்சு விட்டதும் மூச்சும் உணர்வும் திரும்புவது தான் 'துரியம்' என்ற நான்காவது யோக அனுபவமாகும்.

இதற்கு முன்னே உள்ள மூன்றும் தூக்கம், கனவு, நனவு என்பவை.

ஆழ்ந்த தியானத்தில் இருக்கும்போது இந்த உண்மையை யோகப் பயிற்சியாளர்கள் எளிதாகப் புரிந்து கொள்வார்கள்.

பிராணனை ஒழுங்குபடுத்தினால் மனத்தையும் ஒழுங்கு படுத்தி விடலாம். இதில் வெறும் பிராணன் மட்டும் சம்பந்தப்படுகிறது என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

மனமும் பிராணனும் சேர்ந்தே செயல்படுகின்றன.

மனதை அடக்கினால் பிராணனையும் அடக்கியதாகும். ஆனால் பிராணனை அடக்கினால் மட்டும் மனமும் அடங்கிவிடும் என்று ஹத யோகிகள் எண்ணு கிறார்கள். இதனால் அவர்கள் பிராணனின் வெவ்வேறு இயக்கங்களைப் பற்றி விரிவாக ஆராய்கின்றனர்.

அதில் தாங்கள் கண்ட முடிவுகளைத் தங்கள் ஹதயோக சாதனத்திலும் மேற் கொள்கின்றனர்.

பதஞ்சலி முனிவர் இப்படிச் செய்வது தவறு என்கிறார். காரணம் மனதுடன் சேர்ந்துதான் பிராணனும் இயங்க முடியும்.

இதை நம் வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ளும்போது அதனால் ஏற்படும் அனுபவத்தையும் பெறலாம்.

ஒரு மாணவன் தேர்வு எழுதிக் கொண்டு இருக்கிறான். தேர்வில் அவன் எழுத வேண்டிய கேள்விக்கு உரிய பதில் திடீர் என்று மறந்து விடுகிறது.

அப்போது ஆழ்ந்த பெருமூச்சு விட்டு பிராண வாயுவை எவ்வளவு உள்ளே செலுத்துகிறோமோ அந்த அளவுக்கு மூளையில் உள்ள உயிர் அணுக்கள் வேலை செய்ய ஆரம்பித்துவிடும். மறந்துபோன விஷயம் நினைவுக்கு வந்துவிடும். கேள்விக்கு உற்சாகமாக மாணவன் பதில் எழுதலாம்.

இந்த சமயத்தில் அதிர்ச்சியில் பாதிக்கப்பட்ட மனம் விடுதலைப் பெற்று பிராணனுடன் இணைந்து செயல்பட ஆரம்பித்து விடுகிறது.

இது நம்முடைய அன்றாட வாழ்க்கையிலும் கண்டு அனுபவிக்கும் உண்மையாகும்.

திடீர் என்று கோபம் வந்து விடுகிறது. இதற்கு என்ன செய்வது ?

பலமுறை மூச்சை உள்ளுக்கு இழுக்க வேண்டும். மூச்சின் இயக்கத்தையும் கூர்ந்து கவனிக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு முறையும் மூச்சை உள்ளே இழுக்கும்போது அதை எண்ணிக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

அப்போது மனம் பிராணனுடன் இணைந்து செயல்படும். இந்த நிலையில் நம்மிடம் ஏற்பட்ட கோபம் சொல்லிக் கொள்ளாமலே வெளியேறி விடும்.

கோபம் மட்டும் இல்லாமல், வேறு எதனாலும் மனதிற்கு அதிர்ச்சி ஏற்பட்டாலும் இதே மூச்சுப் பயிற்சியை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

அப்போது மனமும் மூச்சும் இணைந்து செயல்பட்டு மனதில் சமநிலையை ஏற்படுத்தும். இதன்னால் மனம் அமைதியையும் இன்பத்தையும் அடையும்.

நமது உடல் ஏழு அடுக்கு மாளிகையால் ஆனது.

அவற்றுள் முதல் மூன்று அடுக்குகளைப் பற்றி இங்கு தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

முதல் அடுக்குக்கு 'அன்னமய கோசம்' – அதாவது உணவினால் ஆன உடம்பு என்று பெயர்.

இரண்டாவது அடுக்குக்குப் 'பிராணமய கோசம்' – அதாவது மூச்சுக் காற்றினால் ஆன உடம்பு என்று பெயர்.

இவற்றுள் அன்னமய கோசத்தைவிட, பிராணமய கோசம் நுட்பமானது. அதிக ஆற்றல் உடையது.

இதனால் பிராணமய கோசம்தான் அன்னமய கோசத்தை இயக்குகிறது என்பதை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

'மனோமய கோசம்' நமது உடம்பின் மூன்றாவது அடுக்கு. இது சூட்சும உடலின் முதல் பகுதி.

மனோமயகோசம் பிராணமய கோசத்தை இயக்கிக் கொண்டு இருக்கிறது என்பதையும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

எனவே பிராணமய கோசத்தைக் கொண்டு மனோமய கோசத்தை அடக்கி விட முடியாது.

இதைத்தான் 'மன்மயம் எங்கு உண்டு, வாயுவும் அங்கு உண்டு' என்கிறார் திருமூலர். பிராணனை நிலைபெறச் செய்வது மனம்தான்.

இவ்வாறு மனத்தின் ஆட்சிக்கு உட்பட்டு பிராணன் இயங்குகிறது.

இதை நம் ஆட்சிக்குள் கொண்டு வருவதுதான் பிராணாயாமப் பயிற்சியின் அடிப்படைக் குறிக்கோளாகும்.





35. விஷயவதீ வா ப்ரவ்ருத்திருத்பன்னா மனஸ : ஸ்திதி நிபந்தினீ ||

குறிக்கோளுடன் கூடிய முறையான புலன் உணர்வு, அல்லது புலன்களால் அனுபவிப்பதன் மூலம் மனம் ஒரு நிலைப்படுவதற்கும் வாழ்க்கையில் வெற்றி ஏற்படுவதற்கும் அது அடிப்படையாகிறது.

சாதகன் யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடுகிறான். அந்தப் பயிற்சியில் குறிப்பிட்ட நிலைகளை அடைகிறான். அப்போது சாதாரண ஆன்மிக அனுபவ நிலைகளைக் கடந்து அசாதாரண ஆன்மிக அனுபவங்களைப் பெறுகிறான்.

இந்த அசாதாரண ஆன்மிக அனுபவம் இயல்பாகத் திரிந்து கொண்டிருக்கிற அவன் மனதை நிலையாக நின்று ஒரு பொருளை ஆழ்ந்து சிந்திக்கத் துணை புரிகிறது.

அசாதாரணமான ஆன்மிக அனுபவத்தால் மகத்தான மன உறுதியைப் பெறுகிறான் சாதகன்.

இத்தகைய அசாதாரண ஆன்மிக அனுபவங்களே மனதை மேலும் மேலும் உறுதியுடன் யோக சாதனையில் சாதகன் முன்னேறுவதற்கு உதவி செய்கின்றன.

யோகத்தில் ஈடுபடும் சாதகன் அதன் ஒவ்வொரு படியிலும் ஆன்மிகப் பயனை புதிது புதிதாகப் பெறும் வாய்ப்பு

இல்லாவிட்டால், அவன் யோகப் பயிற்சியில் உற்சாகத்தை இழந்து விடுவான். அவனால் யோகத்தில் முன்னேறவும் முடியாது.

இதைத்தான் வெற்றி போல் வெற்றி தருவது வேறு ஒன்றும் இல்லை என்கிறார்கள் சித்த புருஷர்கள்.

யோகத்தில் நம்பிக்கை வளர்வதற்கு, புலன் உணர்வில் புதிய ஆன்மிக அனுபவங்கள் பெற வேண்டும். அப்போதுதான் யோகப் பயிற்சியில் தொடர்ந்து ஈடுபடுவதற்கு சாதகனுக்கு ஊக்கம் ஏற்படும். யோகத்தின் பலனையும் அவனால் பெற முடியும்.

மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதில் சாதகன் முன்னேறுவதை இப்போது அவனால் உணர்ந்து கொள்ள முடிகிறது.

இதை சோதனையின் மூலமாகவும் புரிந்து கொள்ளலாம்.

ரசாயன சோதனையில் ரசாயனப் பொருள் எந்த வகையைச் சேர்ந்தது என்று தெரிந்து கொள்வதற்கு சிவப்புக் காகிதத்தையும் நீலக் காகிதத்தையும் பயன்படுத்துவார்கள்.

இந்த காகிதங்களின் நிறம் மாறுவதைக் கொண்டு ரசாயனப் பொருள்களின் தன்மையைத் தெரிந்து கொள்வார்கள்.

அதைப்போலவே சாதகன் சாதாரண ஆன்மிக நிலையில் இருந்து அசாதாரண ஆன்மிக நிலைக்கு உயர்வதையும் அவன் புரிந்து கொள்கிறான்.

யோகப் பயிற்சியில் மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதற்குப் பல முறைகள் இருக்கின்றன. இவற்றை யோக தந்திரங்கள் என்று சொல்வார்கள். அவற்றில் ஒன்று, இரண்டு கண்களாலும் மூக்கின் நுனியை உற்றுப் பார்க்கும் பயிற்சி.

இவ்வாறு மூக்கின் நுனியை உற்றுப் பார்க்கும் பயிற்சியின் போது கண்களுக்கு சிரமம் ஏற்படும்படி

பார்க்கக் கூடாது. அப்படிப் பார்த்தால் தலைவலி ஏற்பட்டுவிடும்.

அது யோக சாதகனுக்குத் துன்பத்தைக் கொடுக்கும். சாதகனுக்குத் துன்பத்தைக் கொடுப்பது யோகப் பயிற்சியின் நோக்கமல்ல. இன்ப உணர்வை ஏற்படுத்துவதுதான் யோகப் பயிற்சியின் பலனாகும்.

எனவே யோக சாதகன் தன் கண்களுக்கு சிரமம் கொடுக்காமல் மூக்கின் நுனியை இயல்பாக பார்த்துப் பழக வேண்டும்.

கண்ணால் மூக்கின் நுனியை ஏன் பார்க்க வேண்டும்? இந்தப் பயிற்சியின் மூலமாக மனம் மூக்கின் நுனியில் நிலை பெறுவதற்குத் துணை புரியும்.

மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதில் வெற்றி பெறும்போது மிகவும் இன்பமான வாசனை மூக்கின் நுனியில் இருந்து வருவதை சாதகன் உணர்ந்து அனுபவிக்கலாம்.

இது போன்ற இனிய மணம் ஏற்படும்போது இந்த மணத்துக்கு உரிய மலர் ஏதாவது பக்கத்தில் இருக்கிறதா என்று சாதகனுக்குப் பார்க்கத் தோன்றும்.

இந்த மாதிரியான மன உணர்வு ஏற்பட்டால், மனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவதில் வெற்றி ஏற்படத் தொடங்கி விட்டது என்பதை சாதகன் உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

இது சாதகனுக்கு யோகப் பயிற்சியில் தொடர்ந்து ஈடுபட மகத்தான நம்பிக்கையைக் கொடுக்கும்.

இதனாலேயே யோகத்தின் குறிக்கோளைப் பெற்று விட்டோம் என்று சாதகன் எண்ணி விடக்கூடாது.

இது யோக சோதனையின் ஆரம்ப நிலை. அவ்வளவுதான்.

இந்த மாதிரி இனிய மணத்தை அனுபவிப்பதற்காக மூக்கின் நுனியைக் கவனித்துப் பார்க்கும் உணர்வில் சாதகன் மூழ்கி விடக்கூடாது. இது மட்டும் யோகத்தின் குறிக்கோள் அல்ல.

இதைப்போல இன்னும் பல சோதனைகளையும் சாதகன் நடத்திப் பார்க்க வேண்டும்.

நாக்கின் நுனியில் மனதை நிலைபெறும்படிச் செய்வது ஒரு யோகப் பயிற்சி முறை.

அதில் போதுமான அளவு பயிற்சி ஏற்பட்டதும், ஒரு இனிய பொருளை சுவைப்பது போன்ற உணர்வு சாதகனுக்கு ஏற்படும்.

இதைப்போலவே நாக்கின் நடுவிலும், நாக்கின் அடியிலும், அண்நாக்கிலும், உள்நாக்கிலும் மனம் நிலைபெறும் போது இன்னும் பலவிதமான சுவையுள்ள பொருள்களின் சுவையை, இதுவரையில் அனுபவித்து அறியாத சுவையை அனுபவிப்பது போன்ற அசாதாரண உணர்வு சாதகனுக்கு ஏற்படும்.

இந்த யோக அனுபவத்தைத்தான் 'ஐவகை அமுதம்' என்று திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார் சொல்கிறார்.

கடவுளையும் கற்கண்டாகவே விவரிக்கிறார். "கரைந்து விடாது என்னுடைய நாவகத்தே இருந்து கனத்த சுவை தருகின்ற கற்கண்டே" என்று வியக்கிறார்.

ஞான யோகத்தில் முதிர்ச்சி பெற்றதற்கு ஜனக மகாராஜனிடம் சென்று சான்று பெற்று வரும்படி சுகமுனிவரை அவர் தந்தை வியாசர் அனுப்புகிறார்.

ஜனகர் சுகரிடம், "என்னைப் பார்க்க வரும்போது வழியில் எதைப் பார்த்தீர்கள்?" என்று கேட்டார்.

ஜனகர் கேட்ட கேள்விகளுக்கெல்லாம் சுகமுனிவர் ஒரேவிதமான பதிலையே சொல்லிக் கொண்டு வந்தார்.

"உன் நாட்டில் சர்க்கரைப் பொம்மைகள் அங்கும் இங்கும் நடமாடுவதைப் பார்த்தேன். சர்க்கரையினால் கட்டிய கூடத்தில் சில சர்க்கரை பொம்மைகள் அமர்ந்திருப்பதையும் பார்த்தேன். இப்போது ஒரு சர்க்கரை பொம்மை இன்னொரு சர்க்கரை பொம்மையுடன் பேசிக்கொண்டிருப்பதையும் பார்த்து அனுபவிக்கிறேன்" என்று சொன்னார்.

இது ஞான யோகத்தில் யாரும் அடையக்கூடிய இனிய அனுபவம் தான்.

இந்த அனுபவம் பெற்றவர்கள் ஞான யோகத்தில் வெற்றிப் பாதையில் நடைபோடுகிறார்கள் என்பதைப் பெருமிதத்துடன் புரிந்து கொள்ளலாம்.

இவை உபாய சித்திகள், உண்மையான சித்திகள் அல்ல. எனவே இத்துடன் யோகப் பயிற்சி முடிந்து விட்டது என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.





36. விசோகா வா ஜ்யோதிஷ்மதீ ||

நம் உள்ளே தோன்றுகிற ஆன்மிக இன்பத்தையே, ஜோதியையே நன்கு உணர்ந்து அனுபவிப்பதாலும் மன அமைதி ஏற்படுகிறது.

ஒரு தெய்வீக ஒளி நம்உள் இருப்பதாகக் கற்பனை செய்து கொள்வோம். அந்தத் தெய்வீக ஒளி எல்லா வகையான மனக்கவலையையோ, பயத்தையோ கடந்து ஓங்கி ஒளிர்வது.

நம்உள் இருக்கும் அந்த இறை ஒளி, பயம் முதலிய தடைகளை எல்லாம் கடந்து வாழ்க்கையில் நம்மை உற்சாகத்துடன் முன்னேற்றத் தூண்டுகிறது. வழி காட்டுகிறது.

நம்முடைய இறை உணர்வு ஒரு ஒளிப்பந்தாக இதயத்தில் இருக்கிறது என்று எண்ணிக் கொள்வோம்.

அல்லது நம்முடைய இதயம் ஒளி வீசிக்கொண்டு இருக்கும் அழகு ததும்பும் தாமரை மலராக இருப்பதாக பாவனை செய்து கொள்வோம்.

இந்த மாதிரியான பாவனையில் மனம் அதனுடன் ஒன்றி விடுகிறது. அசாதாரணமான தெய்வீக அனுபவத்தையும் அது பெறுகிறது.

ஆரம்பத்தில் இப்படி நாம் பாவனை செய்து வந்த ஜோதி, நாளடைவில் நம்முடைய உண்மையான ஜோதி அனுபவமாகவே மாறி விடுகிறது.

இதைத்தான், "பாவித்தல் போதுமடா பரமநிலை பெறுவதற்கே!" என்கிறார் மகாகவி பாரதியார்.

உலகத்தையும் உடம்பையும் தனித்தனியாகப் பிரித்து எண்ணக்கூடாது. இரண்டையும் ஒன்றாகவே இணைந்து இருப்பதாக எண்ண வேண்டும். 'என் மனத்துக்கு உலகமும் என் உடம்பும் இன்பம் வழங்கக் கூடியவை' என்று பாவிக்க வேண்டும். அப்படிச் செய்வது தான் உண்மையான தெய்வீக வாழ்க்கையில் கலந்து வெற்றி பெறும் ஒரே வழி என்கிறார் திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார்.

இதைத்தான் அண்டத்தில் பிண்டம் இருக்கிறது.

பிண்டத்தில் அண்டம் இருக்கிறது.

சிறப்பாகப் பிண்டத்தில் இருப்பது அண்டத்திலும் இருக்கிறது என்கிறார் ஞான யோகிகள்.

அண்டம் என்றால் உலகம் என்று பொருள். பிண்டம் என்றால் உடல் என்று அர்த்தம்.





37. வீத ராக விஷயம் வா சித்தம் ||

மன அமைதி பெறுவதற்கு இன்னும் பல வழிகள் இருக்கின்றன.

புலன் வழி மனம் அதைக் கவனமாகப் பாதுகாப்பது ஒன்று.

மனதை அதன் இயல்புக்கு ஏற்ப திரிந்து கொண்டு இருக்காமல் குறிப்பிட்ட ஒரு செயலில் நிறுத்துதல் மற்றொன்று.

மனம் புலன் வழியே ஓடாமலும், மனம் தான் விரும்பியதை எல்லாம் பற்றாமலும், உயர்ந்த குறிக்கோளுடன் அனைத்தையும் நிறைவேறச் செய்கிற சான்றோர்களின் மன அமைதியையே தியானப் பொருளாகக் கொள்வது மூன்றாவது.

பலருக்குத் தங்கள் மனதின் மீது தங்களுக்கே நம்பிக்கை இருப்பதில்லை.

"இந்த அழுக்கும், அவ நம்பிக்கையும், ஆணவமும் நிறைந்த மனது முரண்பாடுள்ள ஒரு விசித்திரப் பொருளாக என் உள் இருக்கிறது. இதை எப்படி என்னால் தாங்கிக் கொண்டு இருக்க முடிகிறது ?"

இவ்வாறு எண்ணும்போது மிகச்சிறந்த மனிதனின் மனதைப் பற்றி நினைக்க ஆரம்பிக்கிறோம்.

திரிந்து கொண்டிருக்கும் புலன் உணர்வின் அனுபவத்தை புறக்கணிக்கும் தூய மனதைப் பற்றி எண்ணுகிறோம்.

மிக உயர்ந்த குறிக்கோளை நிறைவேற்றும் ஆற்றல் பெற்ற மனதைப் பற்றியும் நினைத்துப் பார்க்கிறோம்.

நம்முடைய மனம் ஜோதி மயமாக இருப்பதை நம்மால் உணர முடியவில்லை. என்றாலும் ஜோதி மயமாக இருக்கும் சான்றோர்களின் மனதைப் பற்றி நாம் உணர முடிகிறது.

அப்படி உணரும்போது நாம் விரும்பியதை எல்லாம் நம்மாலும் அடைய முடியும் என்ற நம்பிக்கை ஏற்படுகிறது. காரணம் நம் மனத்தின் உள் இருக்கும் ஜோதியைப் பற்றி உணர்ந்து கொள்ளும் நிலைக்கு நாம் உயர்ந்து விடுகிறோம்.

இதைத்தான்,

"எண்ணிய எண்ணியாங்கு எய்துவர் எண்ணியர்
திண்ணியராகப் பெறின்"

என்கிறது திருக்குறள்.

இப்படி எண்ணும்போது அமைதியும், விடுதலையும் உள்ள ஒரு நிலையில் மனம் தங்குகிறது. அதனால் அமைதியும் அதனைப் பெறும் அனுபவத்தையும் பெற்று முன்னேறவும் முடிகிறது.

இங்கு ஒரு முக்கியமான விஷயத்தை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

அதுதான் அனுபவ ஞானத்தின் உயர்ந்த நிலையாகும்.

ஞானத்தை திருஅருட்பிரகாசர் உபாய ஞானம், குறிக்கோள் ஞானம், அனுபவ ஞானம் என்று மூன்று வகையாகப் பிரித்துப் பேசுகிறார்.

இதில் அனுபவம் மட்டுமே நிலையானது. நிலையான பெருவாழ்வை அளிக்கக் கூடியது என்று தம் அனுபவத்தையே நமக்குச் சொல்லி இருக்கிறார்.



38. ஸ்வப்ன நித்ரா ஜ்ஞானாலம்பனம் வா ||

ஆழ்ந்த தூக்கத்திலோ, கனவிலோ ஏற்படும் அனுபவத்தை ஆழ்ந்து சிந்திப்பதால் மன அமைதி ஏற்படுகிறது.

நாம் தூங்குகின்றபோது சில சமயங்களில் நமக்கு தெய்வீக உணர்வு ஏற்படுகிறது. அதாவது நாம் முன் அனுபவித்த அனுபவத்தை விட மிக உயர்ந்த அனுபவத்தை – சாதாரண உலக நிலையைக் கடந்த அனுபவத்தை அனுபவிக்கிறோம்.

இம்மாதிரியான அனுபவங்கள் நமக்கு ஏற்படுமானால் அந்த அனுபவங்களை தொடர்ந்து அவைகளைப் பற்றியே நினைத்துப் பார்க்க வேண்டும்.

இம்மாதிரி தொடர்ந்து உலக நிலையைக் கடந்த அந்த அனுபவங்களை நினைத்துப் பார்ப்பதன் மூலமாக ஏகாக்ர சித்தமும் – மன அமைதியும் ஏற்படுகின்றன.

இம்மாதிரியான மன அமைதியை உண்டாக்கக் கூடிய கனவுகள் ஏற்படவில்லையானாலும் பாதகமில்லை. ஆழ்ந்த தூக்கத்தில் ஏற்படும் அமைதியைப் பற்றியாவது சிந்தித்து வரவேண்டும்.

தூங்கும்போது எல்லாரும் அமைதியாகவே இருப்பார்கள்.

தூங்கும்போது நமக்கு மிகக் குறைவான உணர்வுதான் இருக்கும். அப்போது கனவிலோ நனவிலோ ஏற்படுவது போன்ற அனுபவம் ஏற்படுவதில்லை. தூங்கி எழுந்தவுடன், "ஆகா! இன்று நிம்மதியாகத் தூங்கினேன்" என்று மகிழ்ச்சியுடன் சொல்லுகிறோம்.

இந்த மாதிரியான மன அமைதி கனவிலோ நனவிலோ கிடைப்பதில்லை. ஆழ்ந்த தூக்கத்தில்தான் கிடைக்கிறது. இதைப்பற்றி சிந்தித்துப் பார்ப்போம்.

தூக்கம் என்பது தாமச குணம்தான். செயலற்ற நிலைதான். இருந்தாலும் தூக்கத்தினால் ஏற்படும் விளைவு என்ன என்பதைப்பற்றி எண்ணிப் பார்க்க வேண்டும்.

தூக்கத்தின் பயன் என்ன?

கனவிலோ நனவிலோ இருந்ததைவிடப் புதுத் தெம்பும், புதிய உணர்வும், வலிமையான ஆற்றலும், இனிமையான ஒரு சுகமும் ஏற்படுவதுதான்.

இதற்கு என்ன காரணம்?

நனவில் உயிர் நமது தூல உடம்பில் செயல்படுகிறது. அதனால் உடலுக்குக் களைப்பு ஏற்படுகிறது.

கனவில் சூக்கும உடலில் செயல்படுகிறது. அதனால் உடல் தூலப் பொருள்களால் தாக்கப்படுவதில்லை.

தூங்கும்போது தூலம், சூக்குமம் இரண்டையும் கடந்து காரண உடலில் செயல்படுகிறது.

இதனால்தான் தூங்கி எழுந்தவுடன் புதுத் தெம்பும், புதிய உணர்வும், இனிய சுகமும் ஏற்படுகிறது.

இந்த உணர்வு ஏற்படுவதனால்தான் காரண உடலை, இன்ப தேகம் – ஆனந்தமய கோசம் என்று சொல்லுகிறார்கள்.

தூக்கத்தைப் பற்றிச் சிந்திக்கத் தொடங்கும்போது நாம் எங்கே செல்கிறோம்.

இன்ப உடம்பின் மூலமாக அதன் மேல் படிகளில் ஏறுகிறோம். இன்ப உடம்பு மூன்று அடுக்குகளாக இருக்கின்றன.

இம்மை இன்ப உடலாகவும், மறுமை இன்ப உடலாகவும், பேரின்ப உடலாகவும் இருக்கின்றன.

மன அமைதியை உருவாக்குவதற்கு உரிய சில வழிகள் இதில் சொல்லப்பட்டு இருக்கின்றன.

பதஞ்சலி முனிவர் மனிதர்களைப் பற்றி நன்கு உணர்ந்தவர். தம்முடைய கருத்துகளை எல்லாரும் ஏற்றுக் கொள்ள மாட்டார்கள் என்று அவருக்கு நன்கு தெரியும். காரணம் ஒவ்வொரு மனிதனும் தனித்தன்மையுடன் செயல்படுபவன் என்பதைத் தெளிவாகத் தெரிந்தவர்.

தூல உடலிலும், சூக்கும உடலிலும், காரண உடலிலும் தூங்கும்போது ஏற்படும் புதிய விஷயங்களை எல்லாரும் ஏற்றுக்கொள்வதில்லை. ஏனெனில் ஒவ்வொரு வருக்கும் ஒவ்வொரு விஷயம் எளிதாகப் புரியும். அதனால் எல்லாருக்கும் புரியும்படி பல செய்திகளை மன அமைதி பெறுவதற்கு பதஞ்சலி முனிவர் சொல்லி இருக்கிறார்.

அவற்றுள் இன்னொரு செய்தியும் இருக்கிறது. அதை அடுத்த சூத்திரத்தில் பார்க்கலாம்.





39. யதாபிமதத்யானாத்வா ||

ஒருவர் அவர் விரும்புகிற ஏதேனும் ஒரு பொருளைப் பற்றி சிந்தித்தால் கூட அதன் மூலமாக அவருக்கு மன அமைதி ஏற்படும்.

ஒவ்வொருவரும் அவரவர் விரும்பியதைப் பற்றி சிந்திப்பதனால் ஏற்படும் விளைவுகள் என்ன ?

நல்லனவற்றைப் பற்றிச் சிந்தித்தால் தான் நல்ல விளைவுகள் ஏற்படும்.

உயர்ந்த விஷயங்களைப் பற்றி சிந்தித்தால்தான் உயர்ந்த விளைவுகள் ஏற்படும்.

தீயனவற்றைப் பற்றிச் சிந்தித்தால் தீய விளைவுகள் வெகு விரைவில் ஏற்படும்.

எனவே ஒவ்வொருவரும் விரும்புகிற விஷயங்களில் நல்ல தன்மைகளையும், உயர்ந்த உணர்வுகளையும் பற்றிச் சிந்தித்தால்தான் மன அமைதி ஏற்படும். இதை மறந்துவிடக் கூடாது.

“எதைப்பற்றிச் சிந்திக்க வேண்டும் ? இப்படிச் சிந்திப்பதற்கு யாரிடத்தில் தீட்சை பெறவேண்டும் ? இதைத் தவிர தியானம் செய்து மன அமைதி பெறுவதற்கு வேறு வழியே கிடையாதா ?” என்று பலர் கேட்கிறார்கள்.

"இந்தப் பொருளைப் பற்றித்தான் தியானம் செய்ய வேண்டும். இந்த குருவிடம்தான் தீட்சை பெறவேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை" என்று பதஞ்சலி முனிவர் மிகத் தெளிவாகச் சொல்கிறார்.

"ஒவ்வொருவரும் தம்மை உயர்த்தக்கூடிய பொருள் இதுதான் என்று முடிவு செய்துகொண்டால், அதைப் பற்றியே தியானம் செய்து மன அமைதியைப் பெற முடியும்" என்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

எந்தப் பொருளைக் கொண்டு தியானம் செய்யலாம் என்று நினைக்கிறோமோ அதைக்கொண்டே தியானம் செய்ய ஆரம்பித்து விடலாம்.

எந்தப் பொருளைத் தியானப் பொருளாக கொள்ளலாம் என்று முடிவு செய்ய முடியாத நிலை ஏற்படு மானால், நம்முடைய நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமான, நம்மால் மதிக்கக்கூடிய சான்றோர் ஒருவரைக் கேட்டு அவர் சொல்கிறபடி தியானம் செய்யலாம்.

குருவையா ? அவரிடம் பெறும் தீட்சையையா ? என்று எந்த முடிவுக்கும் வரமுடியாமல் மனம் ஊசலாடும் நிலையில் தான் குருவும், அவருடைய தீட்சையும் தேவைப்படும். நம்முடைய மனம் ஒன்றை உறுதியாக நம்பும்போது குருவும், அவருடைய தீட்சையும் தேவை இல்லை.

குருவின் மூலமாகத் தீட்சை பெறுவதில் ஒரு நல்ல பயனும் இருக்கிறது.

இதைச் செய்வதா ? அதைச் செய்வதா ? என்று மனம் ஊசலாடிக் கொண்டே இருந்தால் காலம் வீணாகப் போவதுடன், நாம் விரும்பும் பயனும் நமக்குக் கிடைக்காது.

அதனால் ஞான யோகத்தில் பயிற்சியுள்ள ஒருவரிடம் தீட்சை பெற்று தியான வழியில் செல்வது தான் சிறந்தது.

அப்படிச் செய்யத் தவறினால் திறந்த மைதானத்தில் காரை எடுத்துக்கொண்டு நினைத்தபடி ஓட்டிக் கொண்டு

இருப்பது போலத்தான் முடியும். இதனால் எந்தப் பயனும் ஏற்படாது.

நாம் ஒரு நகரத்தில் குறிப்பிட்ட இடத்துக்குச் செல்ல விரும்புகிறோம். அந்த இடம் எங்கு இருக்கிறது என்று தெரியாமலும், யாரையும் கேட்காமலும், நம் மனதில் இங்குதான் இருக்கும் என்று உத்தேசமாக நினைத்துக்கொண்டு அலைந்து கொண்டு இருப்பதால் நாம் குறிப்பிட்ட இடத்துக்கு ஒருபோதும் போய்ச்சேர முடியாது.

இதற்குப் பதிலாக நாம் செல்ல வேண்டிய இடத்தைப் பற்றி தெரிந்த ஒருவரை வழி கேட்டுத் தெரிந்து கொண்டு சென்றால், குறிந்த நேரத்தில் நாம் போக வேண்டிய இடத்துக்குச் சென்று விடலாம்.

ஒரு குரு இந்த வகையில் யோகப் பயிற்சி செய்வதற்கு சாதகர்களுக்கு வழிகாட்டுகிறார்.

அவரால் சரியான வழியை வெகு எளிதாகவும் நமக்குக் காட்ட முடியும்.

அப்படி உதவுகின்ற ஞான யோகிகளான குருமார்கள் தங்கள் ஆத்ம சக்தியையும் நமக்கு அளித்து உதவுகிறார்கள்.

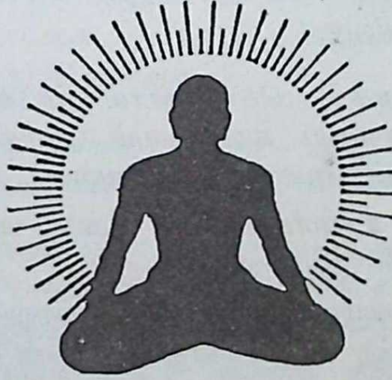
பொதுவாக நம்முடைய ஆத்ம சக்திக்கு ஆற்றலே இருப்பதில்லை. ஞானயோகிகளே ஆத்ம சக்தியில் பரிபூரணம் பெற்றவர்கள். அதன் அபார ஆற்றலை அவர்கள் இஷ்டத்துக்கு யாருக்கும் வழங்கும் வல்லமையும் பெற்றவர்கள்.

ஞானயோகிகள் தங்கள் ஆன்மீக சக்தியை, ஆன்மீகத்திலே இல்லாத நமக்கு வழங்குகிறார்கள். இதன்மூலம் நம்முடைய ஆன்மீகம் உயிர் சக்தி பெற்று துடிப்புடன் செயல்படத் தொடங்குகிறது. அதைக் கொண்டு நாம் ஞானயோகத்தில் ஈடுபட்டு நம் ஆத்மாவை மேலும் மேலும் வலுவுள்ளதாக, ஆற்றல் உள்ளதாக வளர்த்துக் கொள்ள முடியும்.

இதுதான் ஞானயோகத்தில் பரிபூரணம் பெற்ற குருவிடம் தீட்சை பெறுவதால் சாதகர் அடையும் பயனாகும்.

ஞான யோகத்தில் பரிபூரணம் பெற்ற குருவிடம் தீட்சை பெறுவதன் மூலமாக அவர்களைப் போல வெகு எளிதாக நாமும் நம் ஆத்ம சக்தியில் மிகுந்த ஆற்றலும் பரிபூரணமும் பெற முடியும்.

ஞான யோகத்தின் மூலம் ஆத்ம சக்தியைப் பெற பல வழிகள் இருக்கலாம். அவற்றுள் இது மிகச் சிறந்த வழியாகும்.





40. பரமாணு பரம மஹத்வாந்தோஸஸ்ய வசீகார : ||

ஒருவர் தம் உள்ளத்தை ஒருமுகப்படுத்தும் ஆற்றல் படிப்படியாக வளர்கிறது. பரம அணு என்னும் மிகச் சிறிய அளவில் இருந்து பேரண்டம் என்னும் மிகப் பெரிய அளவு வரையிலும் வளர்கிறது.

சுருக்கமாகச் சொன்னால் மனோ ஆற்றலின் வளர்ச்சிக்கு எத்தகைய வரம்பையும் அறுதி இட்டுக் கூற முடியாது. மனத்தின் வேகத்தையும் அளவிட முடியாது.

ஆனால் உணர்ச்சி வளர வளர மனோ ஆற்றலும் வளர்ந்து கொண்டே இருக்கும்.

உலகம் முழுவதையும் தன் ஆற்றலுக்குள் அடக்கிக் காட்டும் எல்லையற்ற சக்தி மனதுக்கு உண்டு.

மிக நுட்பமான அணுவுக்கும் அணுவான கோணில் இருந்து எல்லாவற்றையும் தம் உள் அடக்கிக் கொண்டு இருக்கும் பிரபஞ்சத்தையும் கடந்து நிற்கும் ஒப்பற்ற ஆற்றல் மனதுக்கு உண்டு.

மனம் இத்தகைய மகத்தான எல்லையை அடையும் போது அது பரிபூரணமான இன்ப வடிவத்தைப் பெற்று உயர்ந்து விடுகிறது.

இதையே, "அணுவுக்கு அணுவாய் அப்பாலுக்கு அப்பாலாய் கணுமுற்றி நின்ற கரும்பு" என்று ஞான

யோகியாகிய ஔவை பிராட்டியார் தம் ஞான யோக அனுபவத்தைப் பற்றிக் கூறும்போது சொல்லி இருக்கிறார்.

மனதுக்கு ஏற்படும் இந்தப் பிரமாண்டமான உருவத்தையே திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார் அன்பு உருவம், அருள் உருவம், இன்ப உருவம் என்று முத்திறல் வடிவமாகக் குறிப்பிட்டு இருக்கிறார்.

அணுவை பல லட்சம் ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே இந்திய நாட்டு ஞானிகள் கண்டு பிடித்து இருக்கிறார்கள்.

இங்கே பரம அணு என்ற சொல்லை பதஞ்சலி முனிவர் எடுத்து ஆள்வதைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இது கிரேக்க ஞானியான டெமாக்கிரிட்டஸ் என்ற பேறறிஞர் சொல்லி இருப்பது போல் பரம அணு பிளக்கமுடியாத ஒன்று அல்ல என்பதை பதஞ்சலி முனிவரின் அனுபவத்தின் மூலமாக உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

இன்றைய விஞ்ஞானிகள் அணுவைப் பிளந்தும், சேர்த்தும் பல அற்புதங்களை செய்து வருகின்றனர்.

அணுவுக்குள் இருக்கும் பரம அணு அணுவைவிட மிகச் சிறியது என்பதை பதஞ்சலி முனிவர் தம் அனுபவத்தின் வாயிலாகப் பார்த்து இருக்கிறார்.

பரம அணுவைவிடச் சிறியது கதிர் அணு. கதிர் அணுவைவிடச் சிறியது வால் அணு என்று திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார் சொல்கிறார்.

இதை மிகச் சிறிய அணுத் துகள் என்றும் மூல காரண அணு என்றும் சொல்லலாம்.

இதுதான் உடம்பின் மிக நுட்பமான பாகத்தில் – தலை உச்சியில் விளங்கும் இறைவன் என்று ஞான யோகிகள் சொல்கின்றனர்.

இறை என்ற சொல்லுக்கு மிக நுண்ணியது என்றே பொருள்.

நம் மனதிற்கு எட்டாத எந்தப்பொருளும் இந்தப் பிரபஞ்சத்தில் இருக்க முடியாது.

தியான ஆற்றல் வளர வளர மனோ ஆற்றலும் வளருகிறது. அது இறைவனையும் உறுதியாகப் பற்றிக் கொள்கிறது என்பதை பதஞ்சலி யோகத்தின் முப்பத்து ஒன்பதாவது சூத்திரமும் இந்த சூத்திரமும் சிறப்பாக விளக்கிக் காட்டுகின்றன.

யோகி என்பவன் யார்? என்ற கேள்விக்கு இந்தச் சூத்திரங்கள் விளக்கம் தருகின்றன.

தியான ஆற்றலால் ஒரு ஆணோ பெண்ணோ உண்மையான யோகியாக உயர்ந்து விளங்க முடியும்.

இதுதான் எல்லாவற்றையும் அளக்கும் ஆற்றலுடைய தியானம் ஆகும்.

ஏதோ ஒரு சம்பிரதாயமாக ஒவ்வொரு நாளும் தியானத்தில் உட்கார்ந்து எழுந்துவிடுவதும் பிறகு சினிமா, தொலைக்காட்சி முதலியவற்றைப் பார்த்து மகிழ்வதும் தியானம் செய்வதாகாது.

அருள் ஆற்றல் பெறும் லட்சியத்தை நோக்கித் தியானம் செய்வதுதான் உண்மையான தியானப் பயிற்சி ஆகும்.

இதைத்தான் திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார் "இருந்து அறியேன். இருந்தவரை ஏற்றிடவும் அறியேன்" என்று சொல்கிறார்.

தியானம் உண்டானால் இந்த உலகில் எல்லாவற்றையும் அடைய முடியும் என்பதை, "செல்வங்கள் யாவும் உண்டாகும். தியானம் உண்டாகில் அரசே!" என்று வள்ளலார் பாடுகிறார்.

இதுவரையில் சொல்லப்பட்டிருக்கும் தியானப் பயிற்சி முறைகளில் எதாவது ஒன்றைக் கடைப்பிடித்து வரவேண்டும். அப்போது உண்மையான யாரும் யோகியாக உயர்ந்து விளங்கலாம். எண்ணியவற்றையெல்லாம் எண்ணியபடியே அடைந்து இன்புறலாம்.

எந்தப் பொருளைத் தியானத்துக்குத் தேர்ந்து எடுத்துக் கொள்ளலாம் என்பது அவரவர் மன நிலைக்கும் விருப்பத்துக்கும் உரியதாகும்.

பரம அணு முதல் பரமன் திருவடி வரையில் எந்தப் பொருளையும் தியானத்துக்கு உரிய பொருளாகத் தேர்ந்து எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

பகைமையை நீக்கி நட்பைப் பெருக்கிக் கொள்வதற்கும் தியானத்தைப் பயன்படுத்தி வெற்றி கொள்ளலாம்.

''புகை நடுவிலும் தீ இருப்பதைப் பூமியில் கண்டோமே!

பகை நடுவிலும் அன்பு உருவான நம் பரமன் வாழ்கின்றான்!''

என்று மகாகவி பாரதியாரும் இதையே பாடிப் பரவுகிறார்.

நண்பர்களுக்கு நல்லதைச் செய்வதைவிட, பகைவர்களை நண்பர்களாக்கிக் கொள்வது மிக வேகமாகச் செய்ய வேண்டிய ஒன்றாகும்.

இதைத்தான் திருவள்ளுவர்,

"நட்டார்க்கு நல்ல செயலின் விரைந்ததே
ஒட்டாரை ஒட்டிக் கொளள்"

என்று சொல்லி இருக்கிறார்.





41. க்ஷீண வ்ருத்தேரபிஜாதஸ்யேவ மணேர்க்ரஹீத்ரு க்ரஹண க்ராஹ்யேஷு தத்ஸ்த்ததஞ்ஜனதா ஸமாபத்தி : ||

சமாதி என்பது என்ன ?

ஒரு தூய்மையான படிகத்தின் முன்னால் இருக்கும் பொருள்களின் வடிவங்களும், அவற்றின் நிறங்களும் அந்தப் படிகத்திற்குள் தெளிவாகத் தெரிகின்றன.

இது போலவே பரிபூரணத்வம் பெற்ற ஒரு யோகியின் மனதில் "காணப்படும் பொருள், காண்கின்ற உயிர், காணுகின்ற காட்சி" ஆகிய மூன்றும் வேற்றுமையில்லாமல் ஒன்றாகக் கூடி இணைந்து நின்று காட்சி அளிக்கும். இதற்குத் தான் 'சமாதி நிலை' என்று பெயர். அதாவது "காண்பவனும் காணுகின்ற பொருளும், காட்சியும்" ஒன்றுபட்டு நின்று வேறுபாடு இல்லாமல் புதிய காட்சியைத் தரும் போது தான் சமாதி நிலை எய்த முடியும்.

இந்த உண்மையை சமாதி என்ற சொல்லில் இருக்கும் சம, ஆத என்ற இரண்டு சொற்களும் இணைந்து விளக்குகின்றன.

'சம' என்பது காண்பவன், காணப்படும் பொருள், காட்சி என்ற மூன்றும் சமம் ஆக இருப்பதைக் குறிப்பிடுகிறது.

'ஆத' என்பது காண்பவன், காணப்படும் பொருள், காட்சி என்று மூன்றும் சமமாக இருந்து ஒரு புதிய காட்சியாக மாறி விளங்குவதைச் சுட்டுகிறது.

ஒரு யோகியின் மனம் சித்த விருத்திகளை அகற்றி விடுகிறது. சித்த விருத்திகள் காட்சி, மயக்கம், பிரிவு, தூக்கம், நினைவு என்ற ஐந்து வகைப்படும்.

இந்த ஐந்து மன அலைகளில் காட்சியும், நினைவும் தவிர மற்ற மூன்றும் மனத்தைப் பலவீனப்படுத்தக் கூடியவை. மனத்தின் ஆற்றலைக் குறைக்கக்கூடியவை.

முதல் மன அலை பிரமாணம். அதாவது அளவு. அந்த அளவு புலன்களால் பார்ப்பது, மனதால் சிந்தித்துப் பார்ப்பது, சான்றோர்களின் அனுபவத்தைக் கொண்டு பார்ப்பது, என்று மூன்று வகைப்படும். இவ்வாறு மூன்று வகைகளில் பரிசோதிப்பதை காட்சி அளவை, கருத்து அளவை, உரை அளவை என்றும் சொல்லுவார்கள்.

உரைஅளவை என்பதுதான் ஆகமப் பிரமாணம்.

ஆகமப் பிரமாணம் போலவே ஒருவர் தாம் அனுபவித்த அனுபவத்தை மீண்டும் நினைத்துப் பார்ப்பது தான் நினைவு என்ற ஐந்தாவது விருத்தி, மன அலை.

காட்சிக்கும், நினைவுக்கும் இடையில் இருக்கும் 'மயக்கம், பிரிவு, தூக்கம்' என்ற மூன்றும் படிப்படியாக விலக்கப்பட வேண்டும். அப்படி விலக்குவது தான் யோகத்தின் குறிக்கோள்.

இவ்வாறு விளக்குகின்ற நினைவையும் காட்சியையும் தான் ''ஐந்துக்கு இரண்டு பழுதில்லை'' என்று சொல்லுவார்கள்.

மரணமிலாப் பெருவாழ்க்கைக்கு வேண்டிய அடிப்படையும் அதுதான்.

இதைத்தான் ''தூக்கம் கெடுத்தான், ஆக்கம் கொடுத்தான்'' என்று சொல்கிறார் வள்ளல் பெருமான்.

ஒரு எண்ணத்துக்கு அதிகமான ஆற்றலைக் கொடுத்து வளர்த்துக் கொண்டால், அவ் ஆற்றலைக் கொண்டே மற்ற எல்லா தடைகளையும் தகர்த்து எறிந்து விடலாம்.

யோகி தம்முடைய மன அலைகளைப் படிப்படியாகக் குறைத்து, ஒருமுகப்படுத்தி ஆன்மநேய ஒருமைப்பாட்டு உரிமையை அடைவதற்குச் செய்ய வேண்டிய பயிற்சி முறை இதுதான்.

''எண்ணியார் திண்ணியர் ஆதல்'' என்று திருக்கிறளும் இதையே வலியுறுத்துகிறது.

யோகி இவ்வாறு திண்ணியர் ஆனவுடன் கடவுள் யோகியின் உள்ளத்தில் நிறைந்து விடுகிறான் என்பதை, "பேணி பெருக்கிப் பெருக்கி நினைவாற்கு மாணிக்க மாலை (கடவுள்) மனம் புகுந்தானே" என்கிறது திருமந்திரம்.

ஒரு எண்ணத்தில் சக்தியை ஒருமுகப்படுத்தி அதன் ஆற்றலை வளர்க்கின்ற போது மற்ற எண்ணங்கள் எல்லாம் தாமே மறைந்து போய்விடுகின்றன.

இது எப்படி என்றால் அடர்ந்த கிளைகளும் இலைகளும் நிறைந்த மரத்தின் உச்சியில் ஒரு கிளி இருக்கிறது. அந்தக் கிளியை அடிப்பதற்கு அர்ஜுனன் குறி பார்க்கிறான். அப்போது மரமும், அதன் கிளைகளும், அவற்றில் இருக்கும் அடர்த்தியான இலைகளும் மறைந்துபோய் அந்தக் கிளி மட்டும் அவன் கண்ணுக்குத் தெளிவாகத் தெரிவது.

நம் வாழ்க்கைக்கு வேண்டிய தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதற்கு முயன்று கொண்டு இருக்கிறோம். அதற்கு தூல உடம்பின் தேவைகளையும், அதற்குள் இருக்கும் மனம் முதலிய சூக்கும உடம்பின் தேவைகளையும் பூர்த்தி செய்ய வேண்டும்.

சூக்கும உடம்பின் தேவைகள் நிறைவேறினால்தான் தூல உடம்பின் தேவைகளும் நிறைவேறும் என்பது இயற்கை விதித்திருக்கும் அடிப்படை விதியாகும்.

காரணம் சூக்கும உடம்பின் விரிவுதான் தூல உடம்பாகக் காட்சி அளிக்கிறது.

மனம் என்பது அருள் உடல். அதைச்சுற்றி இருப்பது தான் அன்பு உடலாகிய தூல உடல். அருள் உடலுக்கு உள்ளே

இருப்பது தான் இன்ப உடல். இதையே காரண உடல் என்றும் ஞான யோகிகள் சொல்வார்கள்.

இன்ப உடல் விரிந்து அருள் உடல் ஆகிறது. அருள் உடல் விரிந்து அன்பு உடலாகிறது.

இப்படித்தான் ஆன்மீக வாழ்க்கை விரிவடைகிறது. இதைத்தான் அனக வாழ்வு என்று வள்ளல் பெருமான் சொல்லுகிறார்.

இந்த அடிப்படை உண்மையைப் புரிந்து கொள்ளாத இன்றைய மேற்கு நாட்டுக்கு அறிஞர்களான எச். சி. வெல் ஸைப் போன்றவர்கள், 'மனத்தை மட்டும் ஒருமுகப்படுத்தி அதற்காகப் பாடுபட்டு வருபவர்களின் பரம்பரை எதிர்காலத்தில் கத்தரிக்காய்க்குக் கால் கை முளைத்தது போல பெரிய தலையை மட்டும் உடைய குரூர வடிவத்துடன் விளங்குவார்கள்' என்று சொல்கிறார்கள்.

காரணம் அவர்களுக்கு ஆன்மிகத்தின் அடிப்படை முறை தெரியவில்லை.

மனத்தின் ஆற்றலை ஞான யோக நுட்பம் தெரிந்தவர்கள்தான் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

இன்றைய விஞ்ஞானிகள், விஞ்ஞானத்தின் மூலமாகவே எல்லாக் காரியங்களையும் நிறைவேற்றிக் கொள்ள முடியும் என்று நம்புகிறார்கள். விஞ்ஞானத்தின் மூலமாக ஓரளவு அது நடைபெற்றுக் கொண்டும் இருக்கிறது.

உணவு வேண்டும் என்று நினைத்தாலே, உடல் உழைப்பு இல்லாமல் ஒரு சுவிட்சை அமுக்குவதன் மூலமாக உணவு நம் சாப்பாட்டு மேஜைக்கு வந்துவிடுகிறது. மின் விளக்கை ஏற்ற வேண்டுமானால் சுவிட்சைக் கையினால் போடாமலே எண்ணத்தின் மூலமாகவே விளக்கை எரியச் செய்யலாம்.

சென்னையில் இருந்து ஒருவர் மதுரைக்குச் செல்ல விரும்பினால் அதைக்கூட எண்ணத்தின் மூலமாகவே நிறைவேற்றி விடலாம்.

இவ்வளவும் அசாதாரண விஞ்ஞானத்தில் நிறைவேறி விடுகிறது. இதன் சில செயல்களை 'கம்ப்யூட்டர்' மூலமும், 'இயந்திர மனிதன்' என்கிற 'ரோபட்' மூலமாகவும் செயல்படும்படிச் செய்து கொண்டும் வருகிறோம்.

விஞ்ஞானம், இப்போது ஒரு புதுவகையான மோட்டார் காரை உருவாக்க முயன்று வருகிறது.

அந்த மோட்டார் கார் நாம் சொன்னபடி எல்லாம் கேட்டு செயல்படும் ஆற்றலைப் பெற்று விளங்கும்.

அந்தப் புதுவகையான மோட்டார்களில் ஏறி உட்கார்ந்து கொண்டு 'புறப்படு' என்று சொன்னால் உடனே புறப்பட்டுவிடும். வேகமாகப் போ என்றால் வேகமாகப் போகும். நில் என்றால் அடுத்த கணம் அதே இடத்தில் நின்று விடும்.

இது போன்ற புதிய விஞ்ஞான நுட்பத்தைப் பெற்ற மோட்டார் கார்களுக்கு மின்சக்தியோ, எண்ணெய் சக்தியோ, வேறு எந்தவிதமான எரிபொருள்களோ தேவை இல்லை. நாம் எண்ணுகின்ற எண்ணமே போதும்.

சென்னையில் இருக்கும் அந்தக் காரில் ஏறி அமர்ந்து மதுரைக்குச் செல்ல விரும்பினால், மதுரைக்கு செல்ல வேண்டிய ஒரு அட்டையை எடுக்க வேண்டும். அந்த அட்டையை காரில் இருக்கும் கம்ப்யூட்டரில் செருக வேண்டும்.

காரில் அமைதியாக உட்கார்ந்து கொள்ள வேண்டும். அடுத்த கணம் கார் மதுரை நோக்கிச் சென்று விடும்.

நாம் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் காரில் இருக்கும் கம்ப்யூட்டரில் புகுத்த வேண்டிய அட்டைகளை வாங்கிக் கொள்ள வேண்டியதுதான்.

காரில் ஏறி அமர்ந்து கொண்டு நாம் எங்கு போக வேண்டுமோ அந்த ஊருக்கான இடத்தில் கார்டை போட வேண்டியதுதான். காரில் பிரயாணம் செய்யும் பொழுதே ஏதாவது தேவை இருந்தால், அதை அறியும் முறையைப் பற்றி

காரில் அதற்கு உரிய இடத்தில் பேசிவிட்டு காருக்குள் இருக்கும் தொலைக்காட்சிப் பெட்டியைப் பார்த்தால் போதும்.

அப்போது கார் நம்மிடம் பேசும். "ஐயா! நாம் இப்போது மதுரையில் இருக்கிறோம்." சொல்லும் அவ்வளவுதான்.

இவ்வாறு நம் உடலின் எந்தப் பகுதியையும் பயன்படுத்துவது படிப்படியாகக் குறைந்து போகிறது! காலம் செல்லச் செல்ல மனிதனுக்கு அந்த உடல் பகுதி மறைந்து விடுகிறது என்பது உடலின் அமைப்புப்படி உண்மைதான்.

இந்த அடிப்படை உண்மை உடலுக்கு மட்டும் அல்ல, மனதுக்கும் ஏற்ற முறையில் பொருந்தக்கூடியதுதான்.

ஒரு எண்ணத்தின் ஆற்றலில் மட்டும் மனத்தை ஒருமுகப்படுத்தி அதை வளர்க்கும் போது மற்ற எண்ணங்களின் ஆற்றல் படிப்படியாகக் குறைந்து மறைந்து போய் விடுகின்றன.

இப்படிதான் மனத்தின் பன்முக அலைகளைப் படிப்படியாகக் குறைத்து, மனதை ஒருமுகப்படுத்தும் ஞான யோக தந்திரம் வேலை செய்கிறது.

இதுதான் தியானத்தினால் ஏற்படும் விளைவு ஆகும்.

இந்த உண்மையை நம்முடைய அன்றாட வாழ்க்கையிலும் பார்த்து வருகிறோம்.

நாம் ஒருவரைப் பற்றி நினைக்கிறோம். இரவும் பகலும் அவரைப் பற்றியே நினைத்துக் கொண்டு இருக்கிறோம். நாம் நினைத்தபடியே அவரைப் பார்க்கும் வரையில் மனம் வேறு எதிலும் நாட்டம் கொள்வதில்லை.

ஏதாவது புத்தகத்தை எடுத்துப் படிக்க விரும்புகிறோம். ஆனால் நாம் என்ன படிக்கிறோம் என்பது நமக்குப் புரிவதில்லை. அந்த மனிதரைப் பற்றிய எண்ணம்தான் நம் மனத்தில் சுழன்று கொண்டே இருக்கிறது.

அதுமட்டுமல்ல, மற்ற பொருள்களிடத்திலும், நாம் செய்ய வேண்டிய மற்ற காரியங்களிலும் இருந்தும் மனம் விலகிவிடுகிறது.

நாம் பார்க்க விரும்பிய மனிதரைப் பார்த்தவுடன் மனம் நம் வசப்படுகிறது.

யோகப் பயிற்சியில் ஆழ்ந்து ஈடுபடும் போதும் இதே காரியம்தான் நம் மனத்தில் உருவாகின்றன.

நம்முடைய மன ஒருமைப்பாடும், தியானத்தில் வெற்றியும் இப்படித்தான் உருவாகின்றன.

ஞானிகளின் வரலாற்றைப் பார்த்தாலும் இந்த உண்மையைத்தான் நாம் தெரிந்து கொள்ள முடிகிறது.

ராமாயணத்தை இயற்றிய ஞான புருஷன் வால்மீகி ஆதியில் ஒரு வழிப்பறிக் கொள்ளைக்காரனாகத்தான் இருந்தார்.

வால்மீகி, தன் முன்னால் நாரதர் வருவதைப் பார்க்கிறார்.

அவரைப் பார்த்தவுடன், "ஏய்! உன் பையில் என்ன இருக்கிறது?" என்று கேட்டான் கொள்ளைக்காரன் வால்மீகி.

"என்னிடம் பையே இல்லை" என்கிறார் நாரதர்.

"என்ன மோசமான ஆள் நீ. ஒன்றுமில்லாத மனிதன் யாரையும் நான் இதுவரைப் பார்த்ததில்லை. நீ எதையாவது எனக்குக் கொடுத்தாக வேண்டும். இல்லையேல் நீ இங்கிருந்து உயிருடன் போக முடியாது."

"சரி, நான் உனக்கு ஏதாவது கொடுக்கிறேன். ஆனால் என்னைப் போன்ற அப்பாவிகளைத் துன்பப்படுத்துவது பாவம் இல்லையா? இதைப்பற்றி நீ சிந்திக்க வேண்டாமா?" என்றார் நாரதர்.

"நீங்கள் சாமியார்கள். பாவத்தைப் பற்றி நிறையப் பேசுகிறீர்கள். உங்களுக்கு எல்லாம் வேற வேலை இல்லை. நானோ என் மனைவியையும் மக்களையும் காப்பாற்றியாக வேண்டும். பாவம் புண்ணியம் முதலிய தர்மங்களைப் பற்றி எண்ணிக் கொண்டு இருந்தால் என் குடும்பத்தினர் தேவைகளை எப்படி நிறைவேற்றுவது? எப்படியாவது நான்

பணம் பெற்றே ஆக வேண்டும். அது பாவமா புண்ணியமா என்று பார்த்துக் கொண்டு இருக்க என்னால் முடியாது."

"சரி, உன் இஷ்டம் போல் செய். இது உன்னுடைய கொள்கையானால் அதைப்பற்றி நான் கவலைப் படவில்லை. ஆனால் எப்படியாவது என் மனைவியையும் மக்களையும் காப்பாற்றி ஆகவேண்டும் என்று சொல்கிறாய்! நீ செய்கின்ற காரியத்தினால் ஏற்படும் பாவத்தின் பலனை நீ அனுபவித்தே ஆக வேண்டும். அதிலிருந்து உன்னால் தப்ப முடியாது."

"அதைப்பற்றி நான் கவலைப்படப் போவதில்லை."

"நீ உன் மனைவியையும் மக்களையும் காப்பாற்று வதற்காக நீ செய்துவரும் பாவத்தில் உன் மனைவியும் மக்களும் பங்கு கொள்வார்களா? இதைப்பற்றி அவர்களிடம் கேட்டுப்பார்."

"சந்தேகப்பட வேண்டாம். அவர்கள் நான் செய்து வரும் பாவத்திலும் பங்கு கொள்வார்கள். என் மனைவி எப்போதும் நீயும் நானும் ஒன்று என்று அடிக்கடி சொல்வாள். அதேபோல என் குழந்தைகள் என்மீது வைத்திருக்கும் அன்பை நீ அறியமாட்டாய். அதனால் அவர்களும் என் பாவத்தில் கட்டாயம் பங்கு கொள்ள மறுக்க மாட்டார்கள். நான் கொள்ளை அடித்துப் பொருள்தேடுவதே அவர்களுக்காகத் தானே! அதனால் ஏற்படும் விளைவுகளிலும் அவர்கள் நிச்சயம் பங்குகொள்ளத்தானே வேண்டும்."

"நீ உன் மனைவி மக்களைப் பார்த்து நீ செய்து வரும் பாவங்களைப் பற்றிச் சொல்லி அதில் அவர்கள் பங்கு கொள்வார்களா? என்று அவர்களைக் கேட்டுவிட்டு வந்து சொல். வெறும் கற்பனையில் வாழாதே!"

"நான் என் வீட்டுக்குப் போய் கேட்டுக் கொண்டு வருவதற்குள் நீ இங்கிருந்து ஓடாமல் இருப்பாயா?"

"நீ திரும்பி வரும் வரையில் இங்கேயே உனக்காகக் காத்துக் கொண்டு இருப்பேன்."

அடுத்த கணம் கொள்ளைக்காரன் வால்மீகி அவன் வீட்டுக்கு ஓடினான். தன் மனைவியைக் கூப்பிட்டான். "ஏய்! ஒரு சாமியார் என்னைப் பார்த்து வேடிக்கையாக ஒரு கேள்வியைக் கேட்டான். நீ பாவத் தொழிலைச் செய்து வருகிறாய், இதனால் தீமைகள் ஏற்படும். அதில் ஒன்றும் சந்தேகம் இல்லை. நான் இந்தப் பாவத் தொழிலை உங்களுக்காகத்தான் செய்து வருகிறேன். நான் கொண்டு வரும் உணவில் நீங்கள் பங்கு கொள்வது போல, அதனால் ஏற்படும் பாவத்திலும் அதாவது துன்பங்களிலும் நீங்கள் பங்கு கொள்வீர்கள் அல்லவா?" என்று கேட்டான்.

"உன்னுடைய கடமைகளை – கணவன், தந்தை என்ற முறையில் செய்து வருகிறாய். எங்களைக் காப்பாற்றி வருகிறாய். நீ எப்படி எங்களுக்கு உணவுகளையும் மற்றப் பொருள்களையும் கொண்டு வந்து கொடுக்கிறாய் என்பதைப் பற்றி எங்களுக்குக் கவலை இல்லை. அதனால் ஏற்படும் பாவத்திலும் துன்பத்திலும் நாங்கள் பொறுப்பேற்க முடியாது. நீ பாவம் செய்து எங்களைக் காப்பாற்ற வேண்டும் என்று நாங்கள் சொல்லவில்லை. எங்களைக் காப்பாற்றுவதற்குத் தீமை இல்லாத தொழிலையும் நீ செய்யலாம்; அதை நீ செய்யவில்லை? எப்படியோ நீ உன் கடமையைச் செய்து வருகிறாய்? நீ செய்யும் தொழில் நல்லதா கெட்டதா என்பதைப் பற்றி நாங்கள் கவலைப்பட முடியாது. அதனால் உன் தொழிலால் ஏற்படும் பாவங்களில் — அதாவது துன்பங்களில் நாங்கள் பங்கெடுத்துக் கொள்ள முடியாது!" என்றாள் கொள்ளைக்காரன் வால்மீகியின் மனைவி.

"அடகடவுளே! என் அருமைக் குழந்தைகளே! நீங்கள் என்ன சொல்கிறீர்கள்?"

"அம்மா சொன்னதைத்தான் நாங்களும் சொல்ல முடியும் அப்பா!"

"என்ன கொடூரமான குடும்பம். நான் செய்யும் காரியங்களில் ஏற்படும் பலன்களிலும் நீங்கள் பங்கு கொள்வீர்கள் என்றல்லவா நம்பிக் கொண்டு இருந்தேன்.

நீங்களோ நான் கொண்டு வரும் உணவிலும், மற்ற இன்பம் அளிக்கக்கூடிய பொருள்களில் மட்டுமே பங்கு கொள்வதாக இருக்கிறீர்களே சீ! இனி உங்கள் முகத்தில்கூட விழிக்க மாட்டேன்" என்றான்.

அடுத்த கணம் தன் வீட்டிலிருந்து வில்லில் இருந்து கிளம்பும் அம்பைப்போல் நாரதரிடம் ஓடி வந்தான். அவர் காலில் சாஷ்டாங்கமாக விழுந்தான்.

"சுவாமி! தாங்கள் என் கண்களைத் திறந்து விட்டீர்கள். நான் இனிமேல் என்ன செய்ய வேண்டும்? எனக்கு கட்டளை இடுங்கள்."

"நீ செய்திருக்கும் பாவங்களுக்கெல்லாம் முதலில் பிராயச்சித்தம் செய்ய வேண்டும்."

"தயவு செய்து அதற்கு ஏதாவது வழி சொல்லுங்கள்."

"வழி சொல்லுகிறேன். 'ராமா,' 'ராமா' என்ற மகாமந்திரத்தை இடைவிடாமல் உன்னால் சொல்ல முடியுமா?"

"அது என்ன? அப்படிப்பட்ட வார்த்தைகளை நான் கேட்டதே இல்லையே! நான் ஒரு படிக்காத முட்டாள். என்னால் அதைத் தொடர்ந்து சொல்லிக் கொண்டு இருக்க முடியாது! இதைவிட சுலபமாக ஒரு வழியைச் சொல்லுங்கள் சுவாமி!"

"ஐயோ! இது என்ன பரிதாபம். 'உன்னால் சொல்லக் கூடியதை, எண்ணிப் பார்க்கிறேன்" என்று சொல்லிவிட்டு எதிரில் இருந்த ஒரு மரத்தை நாரதர் அவனுக்கு காண்பித்தார். "இது என்ன?" என்று கேட்டார்.

"இது மரா" என்றான். மரம் என்று கூட அவனால் முழுக்கச் சொல்லத் தெரியவில்லை.

"ரொம்பச் சரி. 'மரா' என்பதையாவது தொடர்ந்து சொல்லுவாயா?"

"இது எனக்கு வெகு சுலபம். கட்டாயம் தொடர்ந்து சொல்லி வருகிறேன்."

“ரொம்ப சந்தோஷம். அமைதியான ஒரு இடத்தில் உட்கார். ‘மரா’, ‘மரா’ ‘மரா’ என்ற வார்த்தையைத் தொடர்ந்து சொல்லிக் கொண்டு இரு.”

“அவ்வளவுதானா? இப்படிச் செய்தால் என் பாவங்கள் எல்லாம் என்னை விட்டுப் போய்விடுமா?”

“நிச்சயமாகப் போய்விடும்.”

“சுவாமிகளே! உங்களை முழுமையாக நம்புகிறேன். தாங்கள் எனக்கு நல்ல அறிவுக்கொடுத்து விட்டீர்கள். நீங்கள் நல்ல சுவாமிகள் என்பதில் சந்தேகம் இல்லை. நான் இப்பொழுதே ‘மரா மரா’ என்று சொல்லத் தொடங்கி விடுகிறேன். இனி ஒரு கணமும் வீணாக்கமாட்டேன்.”

அடுத்த கணம் கொள்ளைக்காரன் வால்மீகி ஒரு மரத்தடியில் உட்கார்ந்து ‘மரா’, ‘மரா’ என்று உச்சரிக்கத் தொடங்கி விட்டான்.

அவன் ‘மரா’, ‘மரா’ என்று உச்சரித்து வந்த வேகத்தில் ‘மரா’, ‘மரா’ என்ற சொல் ‘ராமா, ராமா’ என்று மாறிவிட்டது. இப்படிப் புதுமையை உண்டாக்குவதுதான் மந்திரத்தின் அற்புத சக்தியாகும்.

ஆண்டுக்கணக்காக கொள்ளைக்காரன் வால்மீகி ‘ராமா’ ‘ராமா’ என்று ஜபித்துக் கொண்டு இருந்தான். அவன் மீது இலைகளும் புழுதியும் விழுந்துகொண்டே இருந்தன. காலத்தால் அவனைச் சுற்றிலும் மண் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சேர்ந்து அவனைச் சுற்றிப் புற்றுவளர்ந்து முழுவதுமாக மூடிவிட்டது!

வால்மீகியின் உடல் உணர்ச்சியற்று விட்டது; அவனுடைய மனம் ஒருமுகப்பட்டு உறுதியாகிவிட்டது.

மின்சாரக்கேந்திரத்தில் மின்சாரத்தை உற்பத்தி செய்யும் இயந்திரம் தொடர்ந்து மின்சாரத்தை உற்பத்தி செய்வது போல, வால்மீகியின் உள்ளத்தில் இருந்து, ‘ராமா! ராமா! ராமா!’ என்ற மகா மந்திர ஆற்றல் வளர்ந்து கொண்டே இருந்தது.

பல ஆண்டுகள் கடந்தன. அந்தப் புற்றில் இருந்து ‘ராமா! ராமா!’ என்ற மகாமந்திரத்தின் ஒலி மட்டும் எழுந்து கொண்டே இருந்தன.

அந்த வழியே சென்று கொண்டிருந்த ஒருவர் இந்த மந்திர ஒலியில் மயங்கி அந்தப் புற்றைக் கலைத்தார்.

உள்ளே ஞான ஒளிவீசும் சுவர்ண தேகத்துடன் விளங்கிக் கொண்டு வால்மீகி ஜபத்தில் மூழ்கி இருப்பதைப் பார்த்தார்.

கொள்ளைக்காரனாக இருந்து வந்த வால்மீகி ஞான புருஷராகக் காட்சி அளிப்பதைப் பார்த்தார். அவருடைய பாதங்களைத் தொட்டு வணங்கினார். வால்மீகியின் சமாதி நிலையைக் கலைத்து விட்டது.

வால்மீகி கண்விழித்துப் பார்த்தார். அவருக்குள் ராமனின் திவ்ய வரலாற்றுக் காட்சிகள், சுருள் சுருளாக விரிந்து கொண்டே இருந்தன.

அந்த திவ்விய புருஷனின், ராமனின் வரலாற்றை ஞானி வால்மீகி பாட ஆரம்பித்தார். அதைத்தான் இன்று வரையில் வால்மீகி ராமாயணமாக உலகம் போற்றிக் கொண்டு இருக்கிறது.

வால்மீகியின் ஞான யோக பரிணாம வளர்ச்சியில் இருந்து நாம் என்ன தெரிந்து கொள்கிறோம்?

வால்மீகி 'ராமா!' 'ராமா!' என்ற மகா மந்திரத்தில் மனத்தை ஒருமுகப்படுத்தியதின் மூலமாக தன்னையும், தன் மன அலைகளையும், தன் உடலையும் எல்லாவற்றையுமே மறந்துவிட்டார்.

அவர் செய்த பாவங்கள் எல்லாம் அதற்கு மேல் வளர முடியாமல் படிப்படியாக அழிந்து ஒழிந்து விட்டன.

நம்முடைய தோட்டத்தில் இருக்கும் செடிகளுக்குத் தண்ணீர் ஊற்றாவிட்டால் என்ன நேரும்? மெதுவாக அந்தச் செடி வாடிவிடும். முடிவில் அழிந்து போய் விடும்.

நம்முடைய தீய பழங்கங்களும் வளருவதற்கு வாய்ப்பில்லை; என்றால் தானே அழிந்து ஒழிந்து போகும்.

நம்மிடம் இருக்கும் தீய பழக்கத்தை ஒழிப்பதற்கு அதனுடன் போரிட வேண்டியதில்லை. அந்தத் தீய

பழக்கத்தை மறந்து விட்டாலே போதும். அது தானே அழிந்துவிடும்.

இது ஒன்றுதான் நாம் செய்ய வேண்டியது!

இதே வழியில் எந்தத் தீய வழக்கங்களையும் அழித்து விடலாம்.

இதற்கு ஏதாவது ஒரு நல்ல வழக்கத்தை உருவாக்கி அதை விடாமல் நமக்குள் வளர்த்து வர வேண்டும்.

மனம் எப்போதும் ஒன்றைப் பற்றிக் கொண்டுதான் இயங்க முடியும். அப்படி ஒன்றையே மனம் பற்றிக் கொண்டு விட்டால் மற்றவை எல்லாம் தானே அழிந்து ஒழிந்து போகும்.

இப்போது பதஞ்சலி முனிவரின் நாற்பத்து ஏழாவது மந்திரச் செய்யுளின் பொருளை முடித்துக் காட்ட வேண்டும்.

ஒரு யோகியின் மனம், மனத்தின் பன் முக அலைகளில் இருந்து விடுபட்டவுடன், 'காண்பவன், காணும் பொருள், காட்சி' இந்த மூன்றும் ஒன்றுபட்டு ஒரு புதிய பொருளை அடையும் ஆற்றலைப் பெற்று விடுகிறது.

இந்த நிலையில், 'தியானிப்பவர், தியானிக்கப்படும் பொருள், தியானத்தின் செயல்' என்ற இந்த மூன்றும் ஒன்றாகி விடுகின்றன.

பன் முக அலைகள் நிரம்பிய மனம் ஒருமுகமாக மாறி விடுகிறது. புதிய நிலையான வாழ்க்கையை அது பெற்று உயர ஆரம்பித்து விடுகிறது.

தியானத்தில் 'தியானிப்பவர், தியானிக்கப்படும் பொருள், தியானத்தின் செயல்' என்ற மூன்றையும் தனித்தனியே உணர முடிகிறது.

இந்த மூன்றும் ஒன்றாக இணையும் போது தியானிப்பவர், தியானப்பொருள் ஆகவும், தியானப் பொருள் தியானிப்பவர் ஆகவும் மாறி விட நேர்கிறது. இதனால்

தியானிப்பவர், தியானிக்கப்படும் பொருள், தியானத்தின் செயல் என்ற மூன்றுக்கும் வேறுபாடு தோன்றுவதில்லை.

இங்கே ஒன்றுபட்டால் உண்டு வாழ்வு, என்பதற்கான உண்மைப் பொருளை தியானிப்பவருக்குப் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது. தியானிப்பவரும், தியானிக்கப்படும் பொருளும் ஒன்றாகிவிடுகின்றன.

இதனால் தனித்த நிலையில் இருக்கும் போது தியானிப்பவரின் அலைகள் மறைந்து விடுகின்றன.

தியானிப்பவரின் மனமே தியானத்துக்கு உரிய பொருளாகி விடுகிறது.

ஒரு தூய்மையான படிகத்துடன் முன்னே இருக்கும் பொருளின் வடிவமும், நிறமும், அந்த தூய்மையான படிகத்தில் அடங்கி விடுகிறது என்று பதஞ்சலி முனிவர் சொல்கிறார்.

ஒரு தூய்மையான படிகத்தின் முன்னால் சிவப்பு ரோஜா மலரை வைத்தால் அந்தப் படிகமும், சிவப்பு நிறமான ரோஜா மலரும் ஒன்றாகிவிடுகின்றன.

தூய்மையான படிகமும், சிவப்பு ரோஜாவும் ஒன்றுக்குள் ஒன்றாகி விடுகின்றன.

மனமும் தியானத்துக்கு உரிய பொருளை ஏற்றுக் கொள்கிறது. அதுவாகவே தானும் மாறிவிடுகிறது.

இதைத்தான்,

"ஊன உடம்பே ஒளி உடம்பாய் ஓங்கி நிற்பது" என்றும்
"தன்னை மறந்து இன்பமுற வெண்ணிலாவே!
ஒரு தந்திரம் நீ சொல்ல வேண்டும் வெண்ணிலாவே!"

என்றும் வள்ளல் பெருமான் சொல்கிறார்.

இந்தத் தந்திரம்தான் சமாதிநிலை பெறுவதற்கு மான தந்திரமும், ஞானயோக தந்திரமும் ஆகும்.



42. தத்ர சப்தார்த்த ஜ்ஞான விகல்பை : ஸங்கீர்ணா ஸவிதர்கா ஸமாபத்தி : ||

சமாதியில் பல வகை உண்டு.

அவற்றுள் சிந்தனையுடன் கூடிய சமாதி ஒன்று. அதில் பெயர், உருவம், பொருள் வேறுபாடு பற்றிய அறிவு என்ற மூன்றும் கலந்திருக்கும்.

இதைத்தான் 'நாமரூப பேத ஞானம்' என்று சொல்வார்கள்.

இந்த மந்திரம் முதல் இனிவரும் மந்திரங்களில் பதஞ்சலி முனிவர் மீண்டும் பல்வேறு வகையான சமாதிகளைப் பற்றி வரையறுத்துக் கூற முயல்கிறார்.

இதற்கு முன் பதினேழாவது மந்திரத்தில் சம்பிரக்ஞாத சமாதியில் அதாவது சிந்தனையுடன் கூடிய சமாதியில் நான்கு வகைகள் இருக்கின்றன என்று சொல்லி இருக்கிறார். சவித்ரக சமாதி, சவிசார சமாதி, சானந்த சமாதி, சாஸ்மித சமாதி என்ற நான்கு வகை சமாதிகளைப் பற்றியும் விவரித்திருக்கிறார்.

இந்த மந்திரத்தில் சவித்ரக சமாதியைப் பற்றி விளக்குகிறார்.

ஒரு பொருளின் பெயரைக் குறிப்பிடும் ஒலியையும், அந்த ஒலியின் பொருளையும், அதன் பயனால் ஏற்படும் ஞானத்தையும் பகுத்து அறிந்து கொள்ளுகிறோம்.

பொதுவாக ஒவ்வொரு சமயமும் நாம் ஏதோ ஒரு சத்தத்தைக் கேட்டுக் கொண்டே இருக்கிறோம்.

அப்போது ஒரே சமயத்தில் அந்த சத்தம் உணர்த்தும் பெயரையும், அதன் பொருளையும், அந்தப் பொருளைப் பற்றிய அறிவையும் சேர்த்தே நாம் புரிந்து கொள்கிறோம்.

உதாரணத்துக்கு ஒரு சத்தத்தைப் பற்றி விளக்கிச் சொல்லுகிறேன்.

நாய் என்ற சொல்லின் சத்தத்தைக் கேட்கிறோம்.

அந்த சத்தம் முதலில் காதில் புகுகிறது. காதுக்குள் இருக்கும் கேட்கும் சக்தியை உணர்த்தும் நரம்பின் மூலமாக அந்த சத்தம் மூளையின் ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தை அடைகிறது.

மூளையின் அந்த இடத்தில் நாய் என்ற சொல்லுக்கு உரிய பொருளின் பதிவுகள் முன்னதாகவே பதிந்து இருக்கின்றன.

இந்தப் பதிவுகளை காதின் மூலமாக முன்னதாகவே கேட்டு வைக்கப்பட்டு இருக்கும் பதிவுகள் என்று சொல்வார்கள்.

இதுபோலவே ஐந்து புலன்களுக்கும் உரிய பதிவுகளைத் தனித்தனியே சேமித்து வைக்கும் இடங்கள் மூளையில் இருக்கின்றன.

நாய் என்ற சொல்லின் சத்தம் மூளையில் அதற்கு உரிய இடத்தை அடைந்தவுடன், முன்னதாகவே நாயைப் பற்றி நாம் அறிந்து பதிவு செய்து வைத்திருக்கும் செய்திகள் எல்லாம் செயல்பட ஆரம்பிக்கின்றன. அதனால் நாயைப் பற்றிய முழு விவரங்களும் நம் நினைவில் தோன்றத் தொடங்கி விடுகின்றன.

அடுத்த கணமே நாய் என்ற சத்தத்துக்கு உரிய பெயரும், அதன் அர்த்தமுள்ள அதைப்பற்றிய ஞானமும் நமக்குத் தெரிந்து விடுகின்றன.

இப்படி மூன்றும் ஒரே சமயத்தில் ஒன்றாகத் தோன்றி ஒரு பொருளைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ளும் ஆற்றலுக்குத் தான் சவித்ரக சமாதி என்று பெயர்.

இந்த சவித்ரக சமாதியில் ஒரு பொருளையும், அதற்கு உரிய பெயரையும், அதன் அர்த்தத்தையும், அதைப் பற்றிய ஞானத்தையும் தனித்தனியே பிரித்துப் பார்த்து உணரவும் முடியும்.

பிரித்து உணர்வது போல, அவற்றைப் பிரித்துப் பார்த்து தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய அவசியம் இல்லை என்றால், அதை அப்படியே நம் நினைவுக்குள் வராமல் நிறுத்தி விடவும் முடியும்.

இவ்வாறு செய்யும் ஆற்றலைத் தான் வள்ளல் பெருமான் இந்திரிய ஒழுக்கம் என்று சொல்கிறார்.

இதற்குக் கரண ஒழுக்கத்தின் ஆற்றலும் அதாவது மனோ சக்தியின் ஆற்றலும் துணை புரிய வேண்டும். அதைப் பற்றிய விஷயங்களை விளக்குவது தான் இதை அடுத்து வரும் சவிசார சமாதி.





43. ஸ்ம்ருதி பரிசுத்தௌ ஸ்வரூபசூன்யேவார்த்த மாத்ர நிர்பாஸா நிர்விதர்கா ||

நினைவின் ஆற்றல் தூய்மைப்படுகிறது.

எதைப்பற்றி சிந்திக்கிறோமோ அந்தப் பொருள் மட்டும் தனியே பரிபூரணமாகத் தோன்றுகிறது.

அந்தப் பொருளின் பெயரும், அதற்கு உரிய அர்த்தமும் அந்தப் பொருளில் இருந்து விலகி நிற்கின்றன.

இது தான் நிர்வித்ரக சமாதி. இதையே சிந்திக்க வேண்டிய நிலையில் இருந்து கடந்து நிற்பது என்றும் சொல்லலாம்.

சவித்ரக சமாதிக்கும் நிர்வித்ரக சமாதிக்கும் உள்ள வேறுபாடு என்ன ?

சவித்ரக சமாதி என்பது ஒரு பொருளின் பெயரையும், அதன் குணத்தையும், அதற்கு உண்டாகிற ஞானத்தையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து மூளையில் பதிய வைப்பது.

நிர்வித்ரக சமாதி என்பது ஒரு பொருளின் பெயரையும், அதன் குணத்தையும் விலக்கிவிட்டு பொருளை மட்டுமே தனியே விளங்கும்படிச் செய்கிற சமாதி.

இதில் பிரிக்கப்படுவது நாம் கேட்கும் ஒரு சத்தத்தின் அர்த்தத்தைத்தான்.

இதைத்தான் 'நிர்' என்ற துணைச் சொல் தெரிவிக்கிறது.

இது 'ச' என்ற துணைச் சொல்லுக்கு நேர் எதிரானது.

இதனால் நாம் ஒரு பொருளில் இருந்து பெறுகின்ற அனுபவம் இரண்டு வகைப்படும்.

ஒன்று சப்த அர்த்த அனுபவம். அதாவது ஒரு மொழியின் துணையினால் பெறுகின்ற அனுபவம்.

மற்றொன்று சப்தத்தைக் கடந்து நின்று அடைகிற அனுபவம்.

இதை வள்ளல் பெருமான் 'நாத அந்தம்' என்று சொல்கிறார்.

சத்தம் நின்றதும் நினைவு தூய்மைப்பட்டு விடுகிறது.

சவிசாரம் என்ற கரண அனுபவம், அதாவது கரண ஒழுக்கம் ஆரம்பமாகி விடுகிறது.

இதன் பிறகு எந்தப் பொருளைப் பற்றி சாதகர் தியானிக்கிறாரோ, அந்தப் பொருள் மட்டும் தனியே பரிபூரணமாகத் தோன்றுகிறது.

சத்தத்தையும், அதன் அர்த்தத்தையும் கடந்து நின்று ஞானம் பெறுகின்ற தூய நிலை இதுதான்.

இதை 'செப்பாத மேல்நிலை' என்கிறார் வள்ளலார்.

இன்றைய விஞ்ஞானத்திலும் இதையே, "சொல்லைக் கடந்து நிற்கும் பொருள் அறிவு நிலை" என்று சொல்வார்கள்.

சாதகர் தியானத்தின் மூலமாக எந்தப் பொருளை தியானிக்கிறாரோ அந்தப் பொருளைப் பற்றிய ஞானத்தை அடைவதுடன், தன்னைப் பற்றியும் தெரிந்து கொள்கிறார்.

'இதுதான் புற நோக்கைத் தவிர்ப்பது. அக நோக்கைப் பெறுவது. தன் அகத்தைத் தன் கண்ணாலேயே பார்ப்பது' என்கிறார் திருமூலர்.





44. ஏதயைவ ஸவிசாரா நிர்விசாரா ச ஸூக்ஷ்ம விஷயா வ்யாக்யாதா ||

சவித்ரக சமாதியை நிர்வித்ரக சமாதி என்று மாற்றி உயர்நிலைக்குச் சென்றது போலவே, சவிசார சமாதியை நிர்விசார சமாதி என்று மாற்றி அதிலிருந்து உயர்நிலைக்குச் செல்ல வேண்டும்.

இவ்வாறு ஒரு சமாதியை மாற்றி அதற்கு மேல் நிலையில் இருக்கும் இன்னொரு சமாதி நிலையைப் பெறும் போது, தூலப் பொருளின் தன்மையில் இருந்து உள் முகமாகச் சென்று அதன் சூக்கும நிலையைத் தெரிந்து அனுபவிக்க முடியும்.

இந்த இரண்டு சமாதி நிலைகளையும், கேள்வியுடன் கூடிய சமாதி என்றும், ஆய்வுடன் கூடிய சமாதி என்றும் சொல்லலாம்.

இவற்றில் இருந்து மேலே செல்லும்போது, கேள்வியையும், ஆய்வையும் கடந்து கேளாதவற்றைக் கேட்கவும், காணாதவற்றைக் கண்டு அனுபவிக்கவும் முடியும்.

இதற்கு முன்னே இருக்கும் இரண்டு மந்திர சூத்திரங்கள், சவித்ரக சமாதியைப் பற்றியும், நிர்வித்ரக சமாதியைப் பற்றியும் பதஞ்சலி முனிவர் சொல்லி இருப்பதைப் பற்றித் தெரிந்து கொண்டோம்.

இங்கே இன்னும் இரண்டு சமாதிகளைப் பற்றிய விளக்கங்கள் இருக்கின்றன.

அவற்றால் அடையும் பயன் என்ன?

ஒரு பொருளின் தூல, சூக்குமங்களையும் கடந்து அவற்றின் மிக நுட்பமான விஷயங்களையும் அறிந்து அடையும் ஞான அனுபவமாகும்.

இவற்றை சானந்த சமாதி என்றும் சாஸ்வித சமாதி என்றும் சொல்வார்கள்.

இவை நம்முடைய தூல உடம்பையும், சூக்கும உடம்பையும் கடந்து காரண (இன்ப) உடம்பைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்வதற்கு வழிகாட்டுபவை ஆகும்.





45. ஸூக்ஷ்ம விஷயத்வஞ் சாலிங்க பர்யவஸானம் ||

சூக்குமப் பொருளைப் பற்றி மேலும் தொடர்ந்து தியானித்தால் வரையறை செய்ய முடியாத இன்ப அனுபவத்தைப் பெறலாம்.

இதையே வேறு வார்த்தைகளில் சொன்னால் ஐந்து புலன்களும், அவைகளால் அறிந்து கொள்ளும் செயல்களாகிய காட்சி முதலிய தன் மாத்திரைகளையும் கடந்து, மனம், சித்தம், புத்தி, அகங்காரம் என்ற சூக்கும தேகத்தின் நான்கு எல்லைகளையும் கடந்து மேலே செல்வதைப் பற்றிப் பேசுகிறது.

இங்கு இயற்கையில் நாம் காணும் பொருள்கள் எல்லாம் தோன்றுவதற்கு முந்திய நிலை அமைந்திருக்கிறது. இதுதான் இயற்கையின் இன்ப நிறைவு பொருந்திய கடவுள் நிலையாகும்.

இதையே காரண உடம்பு என்றும், மகா காரண உடம்பு என்றும், மூலகாரண உடம்பு என்றும் மூன்றாகப் பிரித்து தன் அனுபவத்தில் இம்மை இன்ப உடம்பு, மறுமை இன்ப உடம்பு, பேரின்ப உடம்பு என்று வள்ளலார் தம் அனுபவத்தை வகுத்தும் பகுத்தும் சொல்லி இருக்கிறார்.

எல்லாவற்றையும் தொகுத்து அன்பு உருவம், அருள் உருவம், இன்ப உருவம் என்று விளக்கி இருக்கிறார்.

இந்த நிலையில் எந்தப் பொருளுக்கும் பெயரையும், உருவத்தையும், பொருள் வேறுபாட்டையும் காண முடியாது. இதைத்தான் நாம ரூப பேதமற்ற இன்ப நிலை என்பார்கள்.

தூலம், சூக்குமம், காரணம் என்ற மூன்று நிலைகளுக்கும் ஒரு சமரசம் (சமநிலை) ஏற்பட்டு இன்ப மயமாக என்றும் அழியாத இறை மயமாக சாத்தியரின் உடல் இருப்பதைக் காணலாம்.

இந்த நிலையைப் பெறுவதுதான், "ஊன உடம்பே ஒளி உடம்பாய் ஓங்கி நிற்பது" என்கிறார் வள்ளலார்.

அமைதியான, தூலமான கண்ணுக்குத் தெரியாத இயற்கை நிலை என்று இதைச் சொல்வார்கள்.

ஆனால் இந்த இயற்கை நிலை மிக நுட்பமான நிலை; அனைத்தையும் அடைந்த சாத்தியர்களுக்கு மட்டும் தெரியும்.

"கதிர்நலன் என்இரு கண்களில் கொடுத்தே,
அதிசயம் இயற்று எனும் அருட்பெரும் ஜோதி."

என்று வள்ளலார் இந்த அனுபவத்தைத் தாம் பெற்றிருப்பதைப் பற்றி பாடி இருக்கிறார்.

இதில் இருந்து என்ன தெரிந்து கொள்கிறோம்?

மனம் இயற்கையில் இன்னும் வெளிப்படாமல் அடங்கி இருக்கும் மிகமிக நுட்பமான பொருள்களையும் அறிந்து கொள்ள வல்லது என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.





46. தா ஏவ ஸ்பீஜ : ஸமாதி : ||

இதுவரையில் சொல்லப்பட்ட சமாதிகள் எல்லாம் விதை உள்ள சமாதிகள். இங்கே விதை என்பது மன அமைதியைப் பாதிக்கும் பழைய அனுபவ நினைவுகள் ஆகும்.

இந்த மன அமைதி குலையும்போதுதான் அடிமைத்தனம் ஏற்படுகிறது. இதுவரை கூறிய சமாதி நிலைகள் எல்லாம் யோகத்தால் அடைய வேண்டிய நிலையான பயனை அடையச் செய்வதில்லை.

ஏன் அடைய முடிவதில்லை ?

இந்த சமாதி நிலைகள் எல்லாம் அடைந்த பிறகுகூட சாதாரண மனிதனுக்கு ஏற்படும் துன்பங்களில் இருந்தும், துயரங்களில் இருந்தும், கவலைகளில் இருந்தும் அவனால் விடுபட்டுவிட முடியாது.

காரணம் பழைய துன்ப அனுபவங்களைப் பற்றிய நினைவுகள் மாறாமல் இருப்பதுதான்.

ஒருவருடைய ஆசைகள் எல்லாம் அவருடைய பழைய அனுபவங்களையே பற்றிக் கொண்டு செக்கு மாடுபோல சுற்றிக் கொண்டு இருக்கும்.

பழைய துன்ப, துயர அனுபவங்களில் இருந்து மனம் விடுதலை அடையாமல் அடிமைப்பட்டுக் கிடக்கிறது.

மனம் போதுமான அளவு தூய்மை அடையாததால் இந்த அடிமைத் தனத்தில் இருந்து அதனால் விடுதலை அடைய முடிவதில்லை.

ஒருவர் ஆழ்ந்த தியானப் பயிற்சியை மேற் கொள்வதற்கு முன்னால், அவர் தம்முடைய மனத்தைப் போதுமான அளவு தூய்மைப்படுத்தி ஆக வேண்டும்.

இவ்வாறு மனத்தூய்மையைப் பெறுவதற்கு வேண்டிய பயிற்சியை எப்படிச் செய்வது ?

தூய நோக்கத்தை உடைய ஒரு செயலை மேற்கொள்ள வேண்டும். இதற்கு உரிய வழிகாட்டியாக மனத்தூய்மை உடைய உத்தமமான சான்றோரைக் குருவாகப் பெற வேண்டும்.

இதையே, 'எத்துணையும் பேதமுறாது, எவ்வுயிரும் தம் உயிர்போல் எண்ணி, உள்ளே ஒத்து, அந்த உயிர்களுக்கும் தமக்கும் இருக்கும் உரிமையை எண்ணி இன்பம் அடைகின்றவர்கள் மனம்தான் இறைவன் உறையும் ஆலயமாக விளங்கும்' என்கிறார் வள்ளலார்.

இப்படிப்பட்ட உன்னத புருஷர்களின் துணையைக் கொண்டுதான் பேரின்ப வாழ்வை இந்த உலகில் ஒருவர் பெற முடியும்.

இதனால் தூய்மையற்றவர்களால் எப்போதும் இறை அனுபவத்தைப் பெற முடியாது என்று யாரும் எண்ணிவிட வேண்டாம்.

இறைவன் மனத்தூய்மை இல்லாதவர்கள் முன்பு பேய் வடிவத்தில் தோன்றுவார். இந்தப் பேய் வடிவத்தைப் பார்த்தவுடன் மனத்தில் அதிர்ச்சி ஏற்படும். இந்த அதிர்ச்சியாவது மனதைத் தூய்மைப் படுத்த ஆரம்பித்துவிடும்.

இவ்வாறு ஒருவர் மனம் தூய்மை அடைய ஆரம்பித்தாலும், மனம் முழுத்தூய்மை பெறுவதற்கு முன் உண்மையான இறை அனுபவத்தை அவர்களால் பெற முடியவதில்லை.

அவரவர் மனம் போல இறைவனைக் கற்பனை செய்து கொள்கிறார்கள். இதனால்தான் ஒன்றுக்கு ஒன்று சம்பந்தமில்லாத பல வகையான சமயங்கள் தோன்றி இருக்கின்றன.

இதுவும் ஒருவருடைய மனம் வேறு வகையில் அடிமைப்பட்டுக் கிடப்பதைத் தான் காட்டுகிறது.

இதிலிருந்து ஒருவர் விடுதலை அடைய வேண்டும். அப்போதுதான் தூய்மையான தியானப் பயிற்சியை மேற்கொள்ள முடியும்.

இதைத்தான் வள்ளலார் 'முத்தி என்பது நிலை முன் உரு சாதனம்' என்கிறார்.

பேரின்பத்தை அடைவதற்கு முன்னால் அதாவது சித்தியை அடைவதற்கு முன்னால் அடைகின்ற பயிற்சிக்கு வேண்டிய சுதந்திரத்தைத்தான் முத்தி என்று சொல்கிறார் வள்ளலார்.

எந்தப் பொருளையும் தவறான கோணத்தில் இருந்து பார்க்கும்போது, அதன் முழுத் தன்மையையும் உணர்ந்து கொள்ள முடியாது.

மந்திரங்களைத் தவறாக ஓதுகின்ற போது தவறான விளைவும், சரியாக ஓதுகின்றபோது சரியான விளைவும் உண்டாகின்றன.

தலைவன் என்ற பொருளைத் தரும் 'நாயகன்' என்ற புனிதமான சொல்லை மன உருக்கத்துடன் நாயகன் என்று சொன்னால் என் உள்ளத்தில் இருக்கும் 'என் தலைவன்' என்ற பொருளைக் கொடுக்கும்.

'மனம்போல் வாழ்வு' என்பது பழமொழி. குளத்தில் பூக்கின்ற தாமரை, அல்லி முதலிய பூக்கள் நீரின் ஆழத்துக்கு ஏற்ப உயர்ந்த தண்டுகளைக் கொண்டிருக்கும்.

இதுபோல ஒருவர் மனதின் தூய்மைக்கு ஏற்ற அளவு அவரவர் செய்கின்ற செயலுக்கு உரிய பலன் கிடைக்கும்.

இதனால் மனதை முதலில் தூய்மைப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட

வேண்டும். அப்படி ஈடுபடுவதற்கு முன் மனதில் பதிந்திருந்த தாழ்வான அனுபவங்கள் மறைந்து போக வேண்டும்.

உயர்ந்த ஞானப் பயிற்சியினால் விதை இல்லாத தூய்மையான சமாதி நிலை கூட ஆரம்பித்து விடுகிறது.

தியானப் பயிற்சியிலும் பல வகைகள் உண்டு. தூய மனத்துடன் செய்யும் தியானப் பயிற்சி நம்மிடம் பதிந்துள்ள துன்ப நிலைகளை அடியோடு ஒதுக்கித் தள்ளிவிடும் ஆற்றலைப் பெற்றது.

தூய்மை அற்ற மனத்துடன் செய்யும் தியானப் பயிற்சிக்கு இந்த ஆற்றல் கிடையாது.

ஆழ்ந்த தியானப் பயிற்சியில் ஈடுபடுவதற்கு முன்பே சாதகர் முன்பு தன்னிடம் இருந்த துன்பம் தரும் நினைவுகளையும், கவலைகளையும் ஒதுக்கிவிட்டுத் தியானத்தில் ஈடுபட வேண்டும்.

அப்படி ஈடுபடும்போது இதுவரையில் அடைந்து அனுபவிக்காத பேரின்ப அனுபவத்தைத் தொடர்ந்து அனுபவிக்கும் சூழ்நிலை உருவாகும்.

தியானத்தின் ஆற்றலும் படிப்படியாகத் தூய்மையாக உயரத் தொடங்கிவிடும்.

தியானத்தின் பலனை அடைவதற்கு மனத்தூய்மை மிக மிக அவசியமானது என்பதை மறந்துவிட வேண்டாம்.

இதுபோன்ற தூய்மையான உயர்ந்த தியானத்தினால் தான் இன்றைய விஞ்ஞான உலகில் விஞ்ஞானிகள் பல புதிய உண்மைகளைக் கண்டுபிடிக்கிறார்கள். அதற்கு வேண்டிய அற்புதமான விஞ்ஞானக் கருவிகளை உருவாக்குகிறார்கள்.

உலகத்துடன் எந்தத் தொடர்பும் இல்லாத சிந்தனையில் ஆழ்ந்து விடுவதுதான் தியானம் என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

விஞ்ஞானத்துக்கும் மெய்ஞானத்துக்கும் அடிப்படையான தொடர்பு உண்டு. மெய்ஞானத்தில் இருந்து தோன்றுவதுதான் விஞ்ஞானம்.

மெய்ஞானம் என்பது பிற உயிர்களுக்குத் தீமை செய்யாத மனத்தூய்மைதான். இந்த புனிதமான மனநிலையை விஞ்ஞானிகளும் பெற வேண்டும்.

உலகப் பொருள்களைப் படிப்படியாக ஆராய்ந்து கொண்டு சென்ற விஞ்ஞானி அணுவைப் பிளக்கும் பேராற்றலையும், அதனை அடக்கும் பேராற்றலையும் கண்டு கொண்டான்.

இந்த அணு ஆற்றலைத் தவறாகப் பயன்படுத்துவது உயிர்க்குலத்துக்கே தீமை செய்வதாகும்.

இந்த அடிப்படை உண்மையை விஞ்ஞானிகள் புரிந்து கொள்ளாததால்தான் இன்று உலகில் பயங்கரமான காரியங்கள் நடைபெற்றுக் கொண்டு இருக்கின்றன.

இந்த ஆபத்தில் இருந்தும் விடுதலை பெற வேண்டும். அதற்கு உண்மையான மனத்தூய்மை விஞ்ஞானிகளுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் வேண்டும்.

இது நாம் செய்கின்ற செயலின் தூய்மையிலும், அதற்குத் துணை செய்கின்ற சான்றோர்களின் துணையையும் பொறுத்தது.

இதையே, "மனத் தூய்மை, செய்வினை தூய்மை இவ்விரண்டும் இனம் தூய்மை தூவா வரும்" என்பர்.

இந்த தூய்மையான சான்றோர்களைத் துணையாகக் கொள்வதற்குத் தவறும் போதுதான் தனி மனிதனுக்கும், குடும்பத்துக்கும், சமூகத்துக்கும், நாட்டுக்கும் பலவகையான ஆபத்துகள் தோன்றிக் கொண்டே இருக்கின்றன.

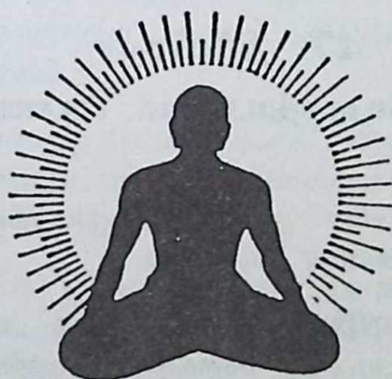
விஞ்ஞானத்தால் உருவாக்கப்பட்ட பொருள்களை உயிர்களுக்குத் தீங்கு செய்யாமல் பயன்படுத்தக் கூடிய சமூக அமைப்பு மிகவும் அவசியம்.

இதை உருவாக்க உயர்ந்த தியானப் பயிற்சியும்; திட்டமிட்டு ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்துடன் செயல்படுத்தும் ஆற்றலும் அமைந்து விளங்க வேண்டும்.

உலகம் அமைதியுடன் இருப்பதற்கு தூய்மையான புனித மனத்துடன் கூடிய தியானப் பயிற்சி விஞ்ஞானி களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் மிக மிக அவசியம்.

இது இல்லை என்றால் மனிதகுலம் சீர்குலைந்து விடும்.

எனவே நமக்கு வேண்டுவது மெய்ஞானத்துடன் கூடிய விஞ்ஞானமாகும்.





47. நிர்விசார வைசாரத்யேஸத்யாத்ம ப்ரஸாத : ||

மற்றவர்களின் ஆன்மிக அனுபவத்தைச் சாதகன் முதலில் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அப்படிப் புரிந்து கொண்ட பிறகு அதற்கும் மேலே சாதகன் தன்னுடைய சுத்த சாதகத்தின் அனுபவத்தைப் பெற வேண்டும். இந்த அனுபவத்தின் மூலமாகவே தூய்மையான சமாதி நிலை சாதகனின் ஆன்மாவுக்குக் கிடைக்க முடியும்.

அப்போதுதான் சுத்த சமாதி நிலையை அனுபவ பூர்வமாகச் சாதகன் அடைகிறான்.

இதன் மூலமாக சாதகனின் ஆன்மா பரிபூரணம் பெறுகிறது.

பரிபூரணம் பெற்ற சாதகனின் ஆன்மா சுடர்விட்டு ஒளி வீசுகிறது.



48. ருதம்பரா தத்ர ப்ரஜ்ஞா : ||

ஆன்ம அனுபவத்தில் பரிபூரணம் பெற்ற சாதகனின் ஞானம்தான் குறைவற்ற ஞானம். இதைத் தான் 'ரிதம்பர ஞானம்' என்பார்கள்.

சிந்தனைக்கு உட்பட்ட சமாதி என்றும் சிந்தனையைக் கடந்த சமாதி என்றும் இரண்டு வகையான சமாதி நிலைகள் இருக்கின்றன.

சிந்திக்க முடியாத இயற்கை உண்மையை, சிந்தனையைக் கடந்த நிர்விசார சமாதியில்தான் பெறமுடியும்.

இப்படி முழுமை பெற்ற சமாதி நிலையைத்தான் 'ரிதம்பர சமாதி' என்று, அதில் அனுபவம் பெற்ற ஞான யோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

ஆன்ம பரிபூரணம் பெற்ற சமாதி நிலையை எப்படி அடைவது ? இதனால் சாதகனுக்கு என்ன பயன் ஏற்படும் ?

சாதகர்கள் அறிந்த ஞான அனுபவங்களை விளக்கும் சொற்களையும், அதைக்கொண்டு அளந்து பார்க்கும் ஆகம அளவைகளையும் கடந்து இறைவனின் பெருங்கருணை யினால் கிடைப்பதுதான் பரிபூரண ஞானம். இந்த ஞானம்

பெற்ற சாதகன் பரிபூரண இன்பத்தையும் பெற்றுக் கொள்கிறான்.

இந்த உண்மையைத்தான் வள்ளலார், 'இயற்கை உண்மை, இயற்கை விளக்கம், இவை இரண்டினாலும் பெற்ற இயற்கை இன்பம்' என்று சொல்கிறார்.

இதையே, "சிந்திப்பு அரியன சிந்திப்பவர்க்கு, சிறந்து செந்தேன் முந்திப்பொழிவன முத்தி தருவன" என்று தேவாரமும் சொல்கிறது.

சாதகனின் முயற்சியால் நடைபெறும் ஞான யோகப் பயிற்சியின் இயக்கம் ஒரு குறிப்பிட்ட அளவுக்கு உட்பட்டது. இறைவனின் பெருங்கருணையினால் கிடைக்கும் ஞான யோக அனுபவம் தான் நிலையான முழு உண்மையை உணர்ந்து சாதகனை அனுபவிக்கச் செய்வது.

இந்த ஞான யோக அனுபவ விளக்கத்தை ஒரே சொல்லில் குறிப்பிடுவதுதான் 'ஓம்' என்ற பிரணவ மந்திரம்.

'ஓம்' என்பதுதான் இறைவனின் திருநாமம் என்று பதஞ்சலி முனிவர் சொல்கிறார்.

'ஓம்' என்ற பிரணவத்தில் "அ, உ, ம்" என்ற மூன்று எழுத்துக்கள் இருக்கின்றன.

இந்த மூன்று எழுத்துக்களையும் விரித்துச் சொல்வதுதான் 'சத்து–சித்து–ஆனந்தம்' என்ற மூன்று நிலைகளில் சாதகன் முழுமையாக ஞான யோக அனுபவத்தைப் பெறுகிறான்.

இந்த ஞான யோக அனுபவத்தைச் சொல்லுவது தான் 'சச்சிதானந்தம் என்ற சத்தியவாசகம், "அருட்பெரும் ஜோதி" என்ற அருள் ஆற்றல் பெற்ற வாசகத்தின் பொருளும் இதுதான்.

இவற்றையே "மனம் மொழி மெய்" என்று உலக வழக்கிலும், 'திரிகரண சுத்தி' என்று சாத்திர வழக்கிலும் சொல்கிறார்கள்.

சிந்தனையைக் கடந்த பரிபூரணம் பெற்ற இயற்கை உண்மையை சாதகன் உணர்ந்து அனுபவிக்கிறான்.

இதை "உண்மை, முழு உண்மை, உண்மையைத் தவிர இதில் வேறு ஒன்றும் கலக்காத இயற்கை உண்மை" என்று ஞான யோகிகள் தங்கள் அனுபவத்தின் வாயிலாக அழுத்தம் திருத்தமாகச் சொல்கின்றனர்.

இதுதான் ·ரிதம்பர ஞானம்.

உண்மையில் இதன் பொருள் என்ன?

இதற்குப் பதஞ்சலி முனிவரே அடுத்த சூத்திரத்தில் விளக்கம் தருகிறார்.

அந்த சூத்திரத்தின் பொருளை விளங்கிக் கொள்வதற்கு முன், "ரிதம்பரம்" என்ற சொற்றொடரின் அமைப்பைப்பற்றி ஓரளவாவது புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ரிதம், பரம் என்ற இரண்டு சொற்களின் சேர்க்கை தான் ரிதம்பரம் என்ற சொற்றொடர்.

"ரிதம்" என்பது அருள் ஆற்றலால் இயங்குகின்ற இயக்கம்.

இதைத்தான் ''அருள் அலாது அணுவும் அசைந்திடாது" என்கிறார் வள்ளல் பெருமான்.

"பரம்" என்பது அபரத்தைக் கடந்தது. அதாவது உலக அனுபவத்தைக் கடந்தது. உயிர் அனுபவமும் அருள் அனுபவமும் நிரம்பியது.

"ரிதம்பரம்" என்ற சொற்றொடர், "உலக அனுபவம், உயிர் அனுபவம், அருள் அனுபவம், இறை அனுபவம்" என்ற நான்கு யோக அனுபவங்களில், முதல் மூன்று அனுபவங்களைப் பெற்ற சாதகனின் அனுபவ ஞானத்தைக் குறிக்கின்ற சொற்றொடராகும்.

இதனால் நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டிய உண்மை என்ன?

இயற்கை உண்மையை அறிந்து கொள்வதற்கு "கேள்வி ஞானம், சிந்தனை ஞானம், அனுபவ ஞானம்" என்ற மூன்று ஞானத்தையும் முழுமையாகப் பெற வேண்டும்.

கேள்வி ஞானத்தையும், சிந்தனை ஞானத்தையும் முழுமையாக உணர்ந்த பிறகுதான் அனுபவ ஞானத்தைப் பெற முடியும்.

இவற்றுள் இரண்டு ஞானங்களையும் அடிப்படை யாகக் கொண்டு நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியவற்றை தெரிந்து கொள்ள முயலும் போதுதான், சந்தேகம், விபரீதம், தூக்கம் என்ற மூன்று சித்த விருத்திகளும் அதாவது மன அலைகளும் ஏற்படுகின்றன.

கேள்வி ஞானத்தாலும், சிந்தனை ஞானத்தாலும் சந்தேகம், விபரீதம், தூக்கம் என்ற மன அலைகள் ஏற்படுகின்றன.

சித்த விருத்திகள் "அனுபவம், சந்தேகம், விபரீதம், தூக்கம், நினைவு" என்று ஐந்து வகைப்படும்.

இந்த ஐந்து சித்த விருத்திகளைப் பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் சமாதி பாதத்தின் முதல் ஐந்து சூத்திரங்களில் விளக்கிச் சொல்லி இருக்கிறார்.

இவற்றில் அனுபவ ஞானமும், நினைவு ஞானமும் மட்டும், நாம் ஆன்மிக அனுபவம் பெறும் முயற்சியில் ஏற்படும் தவறுகளைப் போக்கும் ஆற்றல் உடையவை.

"சந்தேக அலைகள், விபரீத அலைகள், தூக்க அலைகள்" என்ற இந்த மூன்று வகையான அலைகளும் தான் ஆன்மிக ஞானம் பெறுவதற்கு சாதகனுக்குத் தடையாக இருக்கும் அபர ஞான அலைகள்.

இதைத்தான் "ஐந்துக்கு இரண்டு பழுதில்லை" என்று சொல்வார்கள்.

இதையே வள்ளல் பெருமான் "உபாய ஞானம், உண்மை ஞானம், அனுபவ ஞானம்" என்று மூன்றாக ஞானங்களைப் பிரித்துச் சொல்கிறார்.

உபாய ஞானம் என்பது கேள்வி ஞானத்தையும், கல்வி ஞானத்தையும் அதனால் ஏற்படும் சிந்தனை ஞானத்தையும்

குறிப்பது. உண்மை ஞானம் என்பது சாதகனுடைய குறிக்கோளைக் குறிப்பது.

சாதகனுக்கு அவனுடைய குறிக்கோள் அனுபவத்துக்கு வரும்போது அவனிடம் அது அனுபவ ஞானமாகப் பரிபூரணம் பெறுகிறது.

இதைத்தான் :

"கற்க கசடற கற்பவை கற்றபின்
நிற்க அதற்குத் தக"

என்கிறது திருக்குறள்.





49. ச்ருதானுமான ப்ரஜ் ஞாப்யாமன்ய விஷயா விசேஷார்த்தத்வாத் ||

அனுமானத்தின் மூலமும், ஆகமத்தின் மூலமும் கிடைக்கின்ற சமாதி, வித்துள்ள சமாதி.

வித்தில்லாத சமாதி அதாவது ரிதம்பர சமாதியின் மூலம் கிடைக்கின்ற மிகச் சிறந்த அறிவு, அனுமானத்தின் மூலமும், ஆகமத்தின் மூலமும் கிடைக்கின்ற அறிவைவிட மிக உயர்ந்தது.

ரிதம்பர சமாதியின் மூலமாக இயற்கை உண்மையை அறிந்துகொண்ட சாதகர் எல்லாவற்றையும் புரிந்து கொண்டவர் ஆகிறார். அவருக்கு எதையும் படித்தோ, ஊகித்தோ தெரிந்துகொள்ள வேண்டிய அவசியம் ஏற்படாது.

இயற்கை உண்மையின் ரகசியத்தைப் பரிபூரணமாகத் தெரிந்து கொள்வதற்கு ஒரு வரையறைக்குள் நின்று செயல்படும் மனத்தின் துணை தேவை இல்லை.

மனதைக் கடந்து நின்று பிரபஞ்சம் முழுவதையும் இயக்கிக் கொண்டு இருக்கின்ற இறைவனே சாதகரின் உள் இருந்து அவரை இயக்கிக் கொண்டு இருக்கிறார். அதனால் சாதகர் எல்லாவற்றையும் எளிதில் அறிந்து கொள்ளும் சர்வசாட்சியாக விளங்குகிறார்.

இவ்வாறு விளங்குவதற்கு சாதகர் என்ன செய்ய வேண்டும்.

சாதகரின் தியானத்தில் அவருக்கு இதுவரை இல்லாத அருள் ஆற்றலுடன் கூடிய புதுமை ஒன்று ஏற்படுகிறது.

சாதகர் தம்மையே இறைவனுக்கு அர்ப்பணம் செய்துவிடுகிறார். அதனால் அவர் நினைப்பும், சொல்லும், செயலும் இறைவனுக்கு உரியவையாகவே மாறிவிடுகின்றன.

இதைத்தான் "நான் உரைக்கும் வார்த்தை எல்லாம் நாயகன்தன் வார்த்தை" என்கிறார் திருவருட்பிரகாசர். "தந்தது என்தன்னை கொண்டது உன் தன்னை" என்கிறார் மாணிக்கவாசகர்.

இத்தகைய உயர்ந்த நிலையைத் தாம் அடைந் திருப்பதைச் சாதகர் அறிய விரும்பினால், மற்ற ஞானிகளின் வார்த்தைகளுடனும், செயல்களுடனும், சிந்தனைகளுடனும் தம்முடைய வார்த்தைகளையும், செயல்களையும், சிந்தனைகளையும் ஒப்பிட்டுப் பார்த்து உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

அப்போது சாதகர் தமக்கென்று ஒரு தனித்தன்மையும், ஒப்பற்ற அருள் ஆற்றலும் இருப்பதைப் புரிந்து கொள்வார்.

சாதகர் சர்வ சாட்சி நிலைக்கு உயரும் வரையில் அவர் கண்டது, கேட்டது, படித்தது முதலிய எல்லாம் அவருடைய மனதின் துணையால் பெற்றவையாக இருக்கின்றன.

சாதகர் சர்வசாட்சி நிலைக்கு உயர்ந்த பிறகோ அனைத்தும் இறைவனின் செயலாகவே மாறி விடுகின்றன.

இப்போது கண்டறியாதனவற்றை யெல்லாம் கண்டு அனுபவிக்கும் நிலை சாதகருக்குக் கிடைத்துவிடும். இதுதான் இறைவனை அறிந்து அனுபவிக்கும் பூரணத்துவம் பெற்ற ரிதம்பர அனுபவ நிலை.

சாதகர் இப்போதுதான் ஒரு வரையறைக்கு உட்பட்ட மனத்தைக் கடந்து எல்லாம் வல்ல இறைவனின் நிலைக்கு உயர்ந்து விடுகிறார்.

இவ்வாறு சாதகர் உயர்வதற்குக் காரணம் அவர் இயங்குவதெல்லாம் இறைவனின் இயக்கத்தினால்தான்.

இதைத்தான் ரிதம்பர இயக்கம் என்று சொல்வார்கள்.

அபர இயக்கத்தைக் கடந்து ரிதம்பர இயக்கத்துக்கு சாதகர் உயரும்போது அவர் உடலைப்போலவே சடமாக உணர்வற்ற நிலையில் இருந்து அவருடைய மனமும் இறை உணர்வு மயமாகவே மாறிவிடுகிறது. சர்வ வல்லமையும் பெற்று விடுகிறது.

பொதுவாக சாதகரின் மனம் இரண்டு பாகமாகச் செயல்படுகிறது. ஒரு பாகம் சாதகரின் சொந்த உணர்வுடன் செயல்படுகிறது. இன்னொரு பாகம் இறை உணர்வுடன் செயல்படுகிறது.

இந்த இரண்டுபட்ட நிலை மாறி ஒன்றுபட்ட மனநிலையை ரிதம்பர சமாதியில் சாதகர் பெற்று விடுகிறார்.

இந்த உண்மையை இன்றைய மனோதத்துவ விஞ்ஞானத்தின் மூலமாகவும் புரிந்து கொள்ளலாம்.

விஞ்ஞான உலகில் மனோதத்துவத்தைப் பற்றிப் பேசப்படும் நூல்கள் இரண்டு வகைப்படும்.

அவற்றுள் மேற்கு நாட்டு விஞ்ஞான சாத்திரம் முழுவதும் ஒருவரையறைக்கு உட்பட்டு, செயல்படும் மனதைப் பற்றியே பேசுகிறது.

எதையும் ஒருவர் தெரிந்து கொள்வதற்கு அவருடைய மனதின் துணை மிகவும் அவசியம் என்று வலியுறுத்துகிறது.

நம் நாட்டில் தோன்றிய ஞானிகள் கூறும் மனோதத்துவமோ, 'ஒரு வரையறைக்கு உட்பட்ட மனதின் துணை மட்டும் எல்லாவற்றுக்கும் போதாது. அது உலக அனுபவத்துக்கு மட்டுமே துணை செய்யும் ஆற்றலைப் பெற்றது.

மனம் ஒரு அசேதனப் பொருள். அது சேதனப் பொருளாக மாற வேண்டும். இதற்கு இறை அனுபவம் ஒன்றுதான் துணை செய்ய முடியும்.

இறை அனுபவம் பெற்ற மனம், உயிர் அனுபவம், அருள் அனுபவம் என்ற இரண்டு அனுபவங்களையும் பெறுகிறது.

இதனால் மனம் சர்வ வல்லமை உடையதாக மாறிவிடுகிறது," என்கிறது.

இந்த அனுபவத்தை "அருள் அல்லாது அணுவும் அசைந்திடாது. அதனால் அருள் நலம் பரவுக!" என்று வள்ளல் பெருமான் அனுபவித்து, அனுபவித்துப் பாடுகிறார்.

மேற்கு நாட்டு மனோதத்துவ விஞ்ஞானம் மனத்தின் துணையில்லாமல் எதையும் அறிந்து கொள்ள முடியாது என்கிறது.

நம் நாட்டு மனோதத்துவ சாத்திரமோ, மனத்தின் ஆற்றலை விரிவாக்கும் வகையைப் போதிக்கும். பதஞ்சலி யோகம் முதலிய சாத்திரங்களோ இறை அனுபவம் பெறும்போது மனம் எல்லாவற்றையும் அறிந்துகொண்டு செயல்பட முடியும் என்ற அனுபவத்தின் அடிப்படையில் விளக்குகின்றன.

இறை அனுபவம் என்பது நிறைந்த அனுபவம்.

இதற்கு வேண்டிய பயிற்சியைத்தான் ரிதம்பர ஞானப் பயிற்சி என்று சொல்வார்கள். இதையே சுத்த சன்மார்க்க பயிற்சி என்கிறார் வள்ளலார்.

இதனால் எல்லா வகையான தடைகளும் நீங்கிவிடுகின்றன. தடைகள் எல்லாம் தவிர்த்த சர்வ சாட்சி என்னும் பூரணத்துவம் பெற்ற காட்சி கிடைக்கிறது.

இந்தப் பயிற்சியைப் பெற்றவர்களை 'யோக மனிதர்கள்' என்று நம் நாட்டு ஞானிகள் சொல்கின்றனர்.

வெறும் போகத்தில் ஈடுபடும் மனிதர்களைப் "போக மனிதர்கள்" என்று ஒதுக்கி விடுகின்றனர்.

யோகத்தின் அடிப்படைன் லட்சியமே மனத்தின் வரம்பைக் கடந்து உயர்வதுதான்.

மன அலைகளை எல்லாம் ஒதுக்கி முழு உண்மையான – இயற்கை உண்மையைக் கண்டு அனுபவிப்பதுதான் யோகம்.

வரையறைக்கு உட்பட்ட மனதைக் கடந்தபோது தான் சாதகர் இயற்கை உண்மையை, இறைவனின் கருணையைப் பெற முடியும்.

மாண்டுக்ய உபநிஷதம் கனவு, நனவு, துயில் என்ற மூன்றையும் கடந்து நாலாவது அனுபவமாகிய துரியம் என்ற ஞானத்தைப் பற்றிப் பேசுகிறது.

அந்த ஞானம் சாதகருக்கு வெளியில் இருந்து கிடைப்பதும் இல்லை. உள்ளே இருந்து கிடைப்பதும் இல்லை. மற்ற ஞானிகள் தாம் பெற்ற ஞானத்தை எழுதி வைத்திருக்கும் ஞான நூல்களில் இருந்தும் கிடைப்பது இல்லை. எதையும் அறியாத வெற்று நிலையும் இல்லை.

சாதகர் தம்முடைய உடம்பு, உயிர், உள்ளம் என்ற மூன்றினாலும் பெறுகின்ற பேரின்ப அதிர்வு அலைகளால் அடைகின்ற அனுபவத்தில் இருந்து கிடைக்கின்ற ஞானம் தான் உண்மையான இறை அனுபவ ஞானம் என்கிறது மாண்டடுக்ய உபநிஷதம்.

இது ஓங்காரம் என்கிற பிரணவம் செய்கின்ற அற்புதமாகும்.

பிராணன், நவம் என்ற இரண்டு சொற்களும் சேர்ந்து 'பிரணவம்' என்ற சொல் உருவானது. இதன் பொருள் உயிர் அடைகின்ற புதுமையான இறை அனுபவமாகும்.

இதைத்தான் பதஞ்சலி முனிவர் "ரிதம்பர ஞானம்" என்கிறார்.

ஓங்காரத்தின் நாலாவது நிலையாகிய துரியம் பற்றி மாண்டுக்ய உபநிஷதம் பேசுகிறது. அந்தத் துரியம் சாதகரின் நனவு, கனவு, துயில் என்ற மூன்று அனுபவங்களையும் கடந்தது என்று சொல்கிறது.

துரியத்தைப் பற்றிச் சொல்லால் விளக்க முடியாது. சொல்லின் துணைகொண்டு அதைப்பற்றிச் சிந்திக்கவும்

முடியாது. ஒரு அடையாளத்தின் மூலமாக அதைக் குறிப்பிட்டுக் காட்டவும் முடியாது. அதற்கு நாம் அறிந்த வடிவம் இல்லை. நாம் உணர்ந்து கொள்ளும் பெயரும் இல்லை.

துரிய ஞானம், நாம ரூப பேதங்களைக் கடந்து இருப்பது. அதனால் அதைப்பற்றி விவரித்து யாராலும் சொல்லவும் முடியாது.

பெயரும் வடிவமும் இல்லாத கடவுளைப் பற்றி மணிக்கணக்கில் ஒருவர் பேசிக்கொண்டு இருக்கிறார்.

அவருக்கு முன்னால் நூற்றுக்கணக்கான மக்கள் அமர்ந்து கேட்டுக்கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

இவை எல்லாம் இறைவனைப் புரிந்துகொள்ளும் வழியல்ல. வெறும் மௌடீகத்தனமாகும்.

கடவுளைப்பற்றி அவர் பேசிய பேச்செல்லாம் வெறும் உயிரற்ற சொற் ஜாலங்கள். அந்த சொற் ஜாலங்களைக் கேட்டு அதில் மயங்கிக் கிடப்பவர்களால் கடவுளைப் புரிந்து கொள்ளவும் முடியாது.

கடவுளைப் பற்றி பேசுகிற சாதுக்கள் தம் உள்ளத்தில் கடவுளைப்பற்றி தெரிந்துகொள்ள முயலுகிறார்கள். அந்த சாது கடவுளைப் பற்றிப் பேசுகிற பேச்சைக் கேட்கிற நூற்றுக் கணக்கான மக்களும் தங்கள் மனதுக்கு எட்டிய அளவு கடவுளைப் பற்றிக் கேட்டுக் கொண்டும் இருக்கிறார்கள்.

இருவருக்கும் கடவுளைப் பற்றிய உண்மையான அனுபவம் கிடைப்பதில்லை.

இதைத்தான் 'செப்பாத மேநிலை' என்று சொல்வார்கள்.

ரிதம்பர ஞானம் என்பது சொல்லின் ஆற்றலையும், அதைக்கொண்டு சிந்திக்கும் மனதின் ஆற்றலையும் கடந்தது. அனுபவ ஞானத்தையே அடிப்படையாகக் கொண்டது.

மனம் முழுமையும் அதன் வரம்புக்குள் நின்றுவிட வேண்டும். அமைதியைப் பெற்றுவிட வேண்டும்.

இந்த உண்மையைத்தான் கல்லால மரத்தடியில் நால்வருக்கும் சொல்லாமல் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிற, பேசாமல் பேசிக்கொண்டிருக்கிற, ஆனால் மௌன நிலையில், உணர்த்தவேண்டிய அனைத்தையும் மௌனத்தினாலேயே உணர்த்திக் கொண்டிருக்கிற தட்சணாமூர்த்தியைப் பார்க்கலாம்.

இந்த நிலையைத்தான் "மோனம் என்பது ஞான வரம்பு" என்று சொல்கிறார்கள்.

தட்சணாமூர்த்தியின் சந்நிதியில் அமர்ந்து அவரிடம் உபதேசம் பெறுகிற நான்கு பேரும் ஞான புருஷர்களாக இருந்தாலும், முழுமையான இறை அனுபவம் பெற்றவர்கள் என்று சொல்ல முடியாது.

கடவுளைப்பற்றிச் சொல்லாமல் சொல்லக்கூடிய தட்சணாமூர்த்தியின் முன், மோனசமாதியில் அமர்ந்து, கடவுள் அனுபவத்தைத் தட்சணாமூர்த்தியின் மூலமாகப் பெறுவதற்கு முயன்று கொண்டிருக்கிறார்கள்.

தட்சணாமூர்த்தியும் அவர்கள் முன் மோன நிலையில் அமர்ந்து அவர்களைக் கருணையுடன் பார்த்துக் கொண்டு இருக்கிறார். தம் கண்களாலேயே அவர்களுக்கு உணர்த்த வேண்டியதை உணர்த்திக் கொண்டு இருக்கிறார்.

இதைத்தான் "நுண்ணிய என்பார் அளக்கும் கோல் காணும் கால் கண் அல்லது இல்லை பிற" என்று சொல்கிறது திருக்குறள்.

முடிவில் அந்த நால்வரும் எழுந்து தட்சணா மூர்த்தியின் திருப்பாதங்களை வணங்குகிறார்கள்.

"நாங்கள் எதை விரும்பித் தங்களிடம் வந்தோமோ அந்த இறை ஞானம் முழுவதையும் தாங்கள் எங்களுக்கு அருளி இருக்கிறீர்கள்" என்று நன்றியுணர்வுடன் சொல்கிறார்கள். குருவிடம் விடை பெற்றுக்கொண்டு சென்றுவிடுகிறார்கள்.

பிரபஞ்சம் முழுதும் இருக்கின்ற பரப்பிரம்ம வித்தையை, இறை அனுபவத்தை சொல்லாமல் உணர்த்தவோ, உணரவோ முடியாது.

மவுனத்தின் மூலமாகத்தாந் இறை அனுபவத்தை அடைய முடியும்.

வெறும் உடல் அசையாமல் இருக்கும் உடல் மௌனத்தைப் பற்றி இங்கு பேசவில்லை. மனம் இறை அருளினால் மூழ்கி, மோன நிலை பெற்று இருக்க வேண்டும். மனம் இறை மயமாகவே மாறிவிட வேண்டும்.

இது எப்படி நடைபெற முடியும்?

உடல் அசையாமல் இருக்கின்றபோது மனம் அசைவதற்கு ஏற்ப மூச்சு அசைகிறது.

இதைத்தான், "மன்மனம் எங்கு உண்டு வாயுவும் உண்டு" என்கிறார் திருமூலர்.

மனம் அசையாமல் இருக்கின்ற பொழுது அறிவு செயல்படுகிறது. அறிவு அசைவற்ற நிலையை அடைகிற போது, ஐந்தாவது உடலாகிய பேரின்ப உடம்பு செயல்படுகிறது.

இதை மூன்று வகையாகத் திருஅருட்பிரகாசர் தம் ஞனயோக அனுபவத்தில் உணர்ந்திருக்கிறார்.

அந்த அனுபவத்தின் மூலம் உடல், இன்மை இன்ப உடல், மறுமை இன்ப உடல், பேரின்ப உடல் என்று மூன்று வகையாக இருக்கின்றன என்கிறார்.

இவ்வாறு நம் உடலாகிய ஏழு அடுக்கு மாளிகையின் உச்சியில் ஏறி நிற்கும் போது ஏற்படும் பேரின்ப அனுபவத்தைத்தான் "ரிதம்பர ஞானம்" என்று சொல்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

எனவே, மவுனமும் படிப்படியாக உணவு உடலில் இருந்து, பேரின்ப உடல் வரையில் உயர்ந்து செல்கிறது. பரிபூரணமான இறை இன்பத்தைப் பெற்று அனுபவிக்கிறது.

நம் உடலாகிய ஏழு அடுக்கு மாளிகையில் ஏறுவதற்கு உரிய ஞானயோக ஏணியைத்தான் வள்ளலார் "ஓங்கார அணை" என்று தம் அனுபவத்தில் சொல்கிறார்.

இந்த நிலையில்தான் இயற்கை உண்மையைப் பற்றிய ஞானம் உதயமாகிறது.



50. தஜ்ஜ : ஸம்ஸ்காரோஸன்ய ஸம்ஸ்காரப்ரதிபந்தீ ||

சமாதி இரண்டு வகைப்படும்.

ஒன்று வித்துள்ள சமாதி.

மற்றொன்று வித்து இல்லாத சமாதி.

வித்துள்ள சமாதி பிறப்பையும் இறப்பையும் கொடுக்கும் 'கேவல' சமாதி.

வித்தில்லாத சமாதி என்பது மரணமிலாப் பெரு வாழ்வில் வாழவைக்கிற சுத்த சமாதி.

அதாவது உயிர்க்குலத்துக்குத் தொண்டு செய்து கொண்டு வாழ்வதற்குத் துணை செய்யும் சமாதி.

வித்தில்லாத ரிதம்பர சமாதியினால் ஏற்படும் ஆன்மிக அனுபவங்கள், ரிதம்பரம் ஏற்படுவதற்கு முன் உண்டாகி இருக்கும் ஆன்மிக அனுபவங்களை அழித்து விடுகின்றன.

வித்தில்லாத ரிதம்பர சமாதி பழைய ஆன்மிக அனுபவங்களை மட்டும் நீக்கும் என்று எண்ணிவிடக் கூடாது. வித்து இல்லாத இயற்கையுடன் கூடிய ரிதம்பர சமாதியில் ஏற்பட்ட ஆன்மிக அனுபவங்கள் வித்து உள்ள ஆன்மிக அனுபவங்கள் மேலும் மேலும் ஏற்படாமல் தடையும் செய்து விடுகின்றன.

இதுவரையில் துன்பங்களைக் கொடுத்து வந்த அனுபவங்கள் ஒவ்வொன்றாக சாதகனிடம் இருந்து மறைந்துவிட்டன. இனிமேல் இயற்கை உண்மையை அறியாத சாதாரண மனிதனைப்போல, அறிவில்லாத மனிதனைப்போல சாதகனால் நடந்துகொள்ள முடியாது. அவனை விட்டு நீங்கிய துன்பம்தரும் அனுபவங்கள் அவனை நெருங்கவும் முடியாது.

காரணம் சாதகன் தன்னைப் பரிபூரணமாக இறைவனிடம் ஒப்புவித்து விட்டான். இதுதான், "தன்னை அறிந்து இன்பமுறும் தந்திரம்" என்று ஞான யோகிகள் தங்கள் அனுபவத்தைச் சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

தன்னை அறிதல் என்றால் என்ன?

தான் இறைவனுக்கு நல்ல பிள்ளை என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுதல்.

ரிதம்பரம் என்பதற்குத் தானே இயங்குவதில்லை. இறைவனால் இயக்கப்படுவது, இயற்கை உண்மையாகவே மாறிவிடுவது என்று பொருள்.

இதையே ஞான சித்தர்கள் 'சகச நிஷ்ட்டை' என்று சொல்கிறார்கள்.

பரிபூரண நிலைக்கு உயர்ந்தவனால் அதிலிருந்து மாறவும் முடியாது. மற்றவர்களால் மாற்றப்படவும் முடியாது.

இந்த நிலையைத்தான் 'பரிபூரணனுக்கே அடிமை செய்து வாழ்வோம்' என்று மகாகவி பாரதி பாடுகிறார்.

ரிதம்பர சமாதியைப் பூரணமாக அடைந்தவர் ஜீவன் முக்தர் ஆகிறார். ரிதம்பர சமாதியிலும் மிக நுட்பமான பிறவியைக் கொடுக்கும் வித்துக்கள் மறைந்துவிடாமல் இருக்கின்றன.

அவையும் மறையும்போதுதான் ரிதம்பர சமாதி நிலைக்கு சிறிதுகூட வித்தில்லாத நிலை ஏற்படுகிறது.

தம் ஊன உடல் - ஒளி உடலாக மாறி, அந்த ஒளி உடலுடன் அழியாமல் இருக்கும் நிலையையும் பெற முடிகிறது.

சாதகன் இறப்பு, பிறப்பு என்ற சக்கரத்தில் இருந்து முழுமையாக விடுதலை பெற்று விடுகிறார், நிலையாக வாழவும் தொடங்கிவிடுகிறார்.

இவர்கள் சில சமயங்களில் தூய உடல் எடுத்து உயிர்க்குலத்துக்குப் பணிபுரிவார்கள். அப்போது வியர்த்தால் குளிப்பார்கள். தூக்கம் வந்தால் தூங்குவார்கள். பார்ப்பதற்கு சாதாரண மனிதர்களைப் போலவே காட்சி தருவார்கள். ஆனாலும் இவர்கள் உண்மையான ஜீவன் முக்தர்கள் என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இவர்கள் குகைபோன்ற இயங்களில் மறைவாக இருந்து, சமாதிப் பழக்கம் செய்ய வேண்டியதில்லை. சில சமயங்களில் சிறிது நேரம் அமைதியாக இருப்பார்கள். காரணம், அப்போது மிக உயர்ந்த ஆன்மிக ஆற்றலைப் பெறும் வல்லமையைப் பெறுவதற்குத்தான்.

"சகஸப் பழக்கமே பழக்கம்" என்று இதையே ஞான யோகிகள் தங்கள் அனுபவத்தின் மூலமாக வலியுறுத்துகின்றனர்.

ரிதம்பர சமாதி நிலையில் இருந்து தூய்மை அடைந்தவர்கள் பிற உயிர்களுக்குத் தொண்டு செய்வதில் தொடர்ந்து ஈடுபட்டுக் கொண்டே இருப்பார்கள். மற்ற மனிதர்களைப்போலத் தன் நலம் கருதிச் செயல்பட மாட்டார்கள்.

பிற உயிர்களுக்காகவே வாழ்வதால் ஜீவன் முக்தர்கள் தங்கள் வாழ்க்கையில் ஏமாற்றம் அடைவதும் இல்லை. உணர்ச்சி வசப்படுவதும் இல்லை.

பட்டப் பகலில் சந்திரனின் குளிர்ந்த ஒளியைப் பார்த்தாலும் ஜீவன் முக்தர்கள் ஆச்சரியப்பட மாட்டார்கள்.

இறந்துபோன ஒருவரைப் பூமியில் புதைக்கிறார்கள். அப்படிப் புதைக்கப்பட்டவர் மூன்றாம் நாள் எழுந்து வருகிறார். அவரைப் பார்த்தாலும் ஜீவன் முக்தர்கள் வியக்கமாட்டார்கள். இவை அவர்களுக்குச் சாதாரண நிகழ்ச்சிகள். இயற்கையில் நடைபெறக்கூடிய நிகழ்ச்சிகள் போன்றவை அவர்களுக்கு.

இதில் வியப்பதற்கு என்ன இருக்கிறது என்பது அவர்களுடைய எண்ணம்.

இந்த உலகில் இதுபோன்ற நிகழ்ச்சிகள் சாதாரணமாக நடந்து கொண்டு இருக்கின்றன. இவற்றைப் பற்றி வியப்பது அவர்களுடைய இயல்பல்ல.

காரணம் 'வியப்பு' என்பது அறிவுக் குறைவால் ஏற்படும் செயல். இதை 'மதிமை சாலா மருட்கை' என்பார்கள்.

அவர்கள் சென்ற காலத்தைப் பற்றியும் சிந்திப்பதில்லை. வருங்காலத்தைப் பற்றியும் கவலைப் படுவதில்லை. நிகழ்காலத்தையே முழுமையாக நம்பி அதிலேயே நிலைத்து வாழ்ந்து கொண்டிருப்பவர்கள்.

அவர்களுக்கு எந்தப் பொருள் மீதும், எதன் மீதும் பற்றுதல் கிடையாது.

பற்றுதல் இருந்தால்தான் பழைய அனுபவங்களின் இன்பங்களும், எதிர்காலத்தில் ஏற்படப்போகும் இன்ப துன்ப அனுபவங்களும் அவற்றின் நினைவுகளும் வரமுடியும்.

இது சாதாரண மனிதனுடைய நிலை.

இந்த நிலையில் இருந்து உயர்ந்துவிட்டவர்கள் ஜீவன் முக்தர்கள். அவர்களை இவை எதுவும் அணுக முடியாது.

ஜீவன் முக்தர்கள் பார்வைக்கு வேண்டுமானால் சாதாரண மனிதர்களைப் போலக் காட்சி தருவார்கள்.

ஆனால் அவர்களுடைய பழைய அனுபவங்களும், நினைவுகளும் அவர்களை எந்த வகையிலும் பாதிக்க முடியாது.

இந்த நிலையை ஜீவன் முக்தர்கள் எப்படி அடைந்தார்கள்?

எந்தப் பொருளுடனும் பற்றுதல் கொள்ளாமல், எல்லாவற்றையும் இயக்கிக் கொண்டு இருக்கும் இறைவனோடு இறைவனாகவே இணைந்து இருப்பதால் அவர்களை எதுவும் பாதிப்பதில்லை.

பற்றுகளை விடுவதற்கும் ஒரு புதிய பற்று தேவை.

அதைத்தான் ''பற்றுக பற்று அற்றான் பற்றினை அப்பற்றை பற்றுக விடற்கு'' என்று திருக்குறள் தெளிவுபடுத்துகிறது.





51. தஸ்யாபி நிரோதே சர்வ நிரோதாந்நிர்பீஜ : ஸமாதி : ||

ரிதம்பர சமாதியால் ஏற்படக்கூடிய அனுபவங்களும் வேறு வகையில் ஏற்பட்ட அனுபவங்களும் நீக்கப்பட்டவுடன் வித்தில்லாத சமாதி பரிபூரணமாக அமைந்துவிடுகிறது.

பதஞ்சலி முனிவர் இப்போதுதான் மிக உயர்ந்த சமாதியைப் பற்றிப் பேசுகிறார்.

ரிதம்பர சமாதியில் கூட மனதில் ஏற்படும் மிக நுட்பமான உலக அனுபவங்கள் மாறுவதில்லை.

ஞானத்துக்கும், ஞானத்தைப் பெற்ற ஞானிக்கும் உள்ள வேறுபாடு அவருக்குத் தோன்றுகிறது. இப்படி இருப்பது சூட்சமமான வித்து, அந்த ஞானியிடம் இருப்பதையே காட்டுகிறது.

இந்த சூட்சமமான வித்தையும் நீக்குவதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்?

"கடவுள் அனுபவத்தை நான் பெற்று இருக்கிறேன்" என்ற எண்ணமும் சாதகனிடமிருந்து மறைய வேண்டும்.

அதாவது, கடவுள் அனுபவத்தைப் பெற்றவன் என்ற உணர்வும், கடவுள் அனுபவத்தைக் கொடுத்த கடவுளும், இதைப் பெறுவதற்குப் பயன்படுத்திய நான் என்ற பற்றும் மறைய வேண்டும்.

இந்த மூன்றும் ஒன்றாவதற்கு உரிய வழி என்ன?

இறைவன் என்னை அவன் வண்ணமாகவே மாற்றிக் கொண்டான் என்ற அனுபவத்தைப் பெறுவது.

இதனால் 'பார்ப்பவன், பார்க்கப்படும் பொருள், பார்வை' என்ற மூன்றும் ஒன்றாகி விடுகின்றன.

இந்த நிலையில்தான் சாதகன் வித்தில்லாத சமாதி நிலைக்கு உயர்கிறான்.

இதை "நான் யார்? எனக்கு என ஓர் ஞான உணர்வு ஏது? சிவன் ஊன் நாடி இல்லாவிடில்" என்று சொல்லுகிறார் மாணிக்கவாசகர்.

இறைவன் என்னுடைய உடம்பில் தாமே புகுந்து கொண்டான்.

நான் என்பதும், ஞானம் என்பதும் மறைந்து விடுகின்றன.

வித்தில்லாத சமாதி அதாவது தூய்மையான ரிதம்பர சமாதி கூடிவிடுகிறது.





இரண்டாம் பாகம்

சாதன பாதம்



முன்னுரை

சாதன பாதம் யோகப் பயிற்சியைப் பற்றிப் பேசுகிறது. பதஞ்சலி முனிவர் யோகப் பயிற்சியைக் கிரியா யோகத்தில் இருந்து ஆரம்பிக்கிறார்.

பதஞ்சலி முனிவர் சொல்லுகின்ற கிரியா யோகமும், யோகானந்த பரமஹம்சர் முதலியவர்கள் குறிப்பிடும் கிரியா யோகமும் வேறு வேறானவை.

மற்றவர்கள் கிரியா யோகத்தை ஒருவகையான மூச்சுப் பயிற்சியாகவும், மந்திரத்தை ஜபிக்கின்ற பயிற்சியாகவும் சொல்லி வருகிறார்கள். அதையே தங்கள் மாணவர்களுக்குப் பயிற்றுவித்தும் வருகிறார்கள்.

பதஞ்சலி முனிவரோ, மனிதர்கள் தங்களுடைய வாழ்க்கையில் எப்படி நடந்து கொள்ளவேண்டும் என்ற ஒழுக்கங்களைப் பற்றிய பயிற்சியை அடிப்படையாக வைத்துக் கிரியா யோகத்துக்கு விளக்கம் தருகிறார்.

பதஞ்சலி முனிவர் சமாதி பாதத்தில் சித்த விருத்திகளை அடக்குவதற்கு வேண்டிய நினைவின் உருவங்களைப் பற்றி பேசுகிறார்.

சித்த விருத்திகள் என்றால் என்ன?

சிந்தனையின் அளவு, ஐயம், திரிபு, தூக்கம், நினைப்பு என்ற இந்த ஐந்துக்கும் சித்த விருத்தி என்று பெயர்.

சமாதி பாதத்தில் சித்த விருத்தியை அடக்கி நெறிப்படுத்திய பிறகு நினைவின் உருவங்களை எப்படி

நெறிப்படுத்துவது என்பதைப் பல கோணங்களில் பதஞ்சலி முனிவர் விளக்கிச் சொல்லிக் கொண்டு போகிறார்.

நினைவின் பல்வேறு உருவங்கள் சித்த விருத்திகளை எப்படி நெறிப்படுத்துகின்றன என்பதைப் பற்றியே முதல் பாகமான சமாதி பாதம் சொல்லி இருக்கிறது.

இந்த நினைவு உருவங்களைப் பயன்படுத்தி மிக உயர்ந்த சிந்தனையை வளர்ப்பது எப்படி? அதாவது மனித நிலையில் இருந்து மாமனித நிலைக்கு மனிதன் உயர்வது எப்படி? இதற்கான வழிகளைப் பற்றி சாதன பாதத்தில் பதஞ்சலி பேசுகிறார்.

இந்த விளக்கத்தில் வித்தில்லாத சமாதியை எப்படி அடைவது என்பதற்கான வழியையும் காட்டுகிறார்.

வித்தில்லாத சமாதியை எப்படி அடைவது என்பதற்கான பயிற்சியைப் பற்றிய தத்துவங்களை விவரமாகப் பேசினால், சாதகர்கள் சாதனையைச் செய்ய அஞ்சுவார்கள் என்பதைப் பதஞ்சலி முனிவர் தம் அனுபவத்தில் கண்டிருக்கிறார். அதனால் அன்றாட வாழ்க்கையில் மனிதன் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஒழுக்கங்களைப் பற்றிச் சொல்லுகிறார்.

இந்த ஒழுக்கங்களைக் கடைப்பிடித்து வாழ்க்கையை நடத்தினால் மனிதன் வெகு எளிதாக மாமனித நிலையை அடையலாம் என்பதைப் பற்றியும் விளக்குகிறார். இந்த ஒழுக்கப் பயிற்சியைப் பற்றிய சாதனைகளைப் பற்றிச் சொல்வதுதான் சாதன பாதம்.

அது முதலில் கிரியா யோகத்தைப் பற்றி விளக்குகிறது.

இதைக்கொண்டு இயமம், நியமம் முதலிய யோகப் பயிற்சிகளை எளிதாகச் சொல்லி கொடுப்பதற்கு பதஞ்சலி முனிவர் முயலுகிறார்.

சமாதி நிலை யோகப் பயிற்சியின் ஆரம்ப நிலையில் எட்டாவது அங்கம். இந்த எட்டாவது அங்கமான சமாதி நிலையை அடைந்த பிறகுதான் சாதகர்கள் தவம் செய்ய முயலவேண்டும். அதாவது தவ வாழ்க்கையை மேற்கொள்ள

வேண்டும். தவ வாழ்க்கையை மேற்கொள்வது மிகவும் கடினம் என்று பொதுவாக யோக சாதகர்கள் மத்தியில் ஒரு கருத்து இருக்கிறது.

இதனால் தவம் என்று சொன்னாலே சாதகர்கள் பயப்பட ஆரம்பித்து விடுகிறார்கள்.

தவத்தைப் பற்றிய தவறான எண்ணங்களையும், தவ வாழ்க்கையை மேற்கொள்ளுவதில் இருக்கும் தேவையற்ற பயத்தையும் போக்குகிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

இதை, சாதன பாதத்தின் முதல் சூத்திரத்திலேயே கிரியா யோகப் பயிற்சியைப் பற்றி விளக்கி, “தவ வாழ்க்கை என்பது பயப்படக்கூடியது அல்ல.

இது சமாதி நிலையை அடைந்தவர்கள் வெகு எளிதாகக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய அன்றாட வாழ்க்கை ஒழுக்கங்கள்தான்” என்று வலியுறுத்துகிறார்.

இதற்கான ஞானயோக அடிப்படையில் உலக வாழ்க்கையை எப்படி ஒருவர் நடத்த வேண்டும் என்பதைப் பற்றியும் சாதகர்கள் எவ்வாறு சாதனைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும் என்பதைப் பற்றியும் விளக்கிச் சொல்கிறார்.

இனி சாதன பாதத்தைப் பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் சொல்வதைக் கேளுங்கள்.





1. தப ஸ்வத்யாவஈஸ்வரப்ரணி தாநாநி கிரியா யோகா

அன்றாட வாழ்க்கையில் ஒருவர் மேற்கொள்ள வேண்டிய ஒழுக்கம் அதாவது யோகம், கிரியா யோகம்.

'கிரியா' என்றால் ஒருவர் செய்கின்ற செயலைக் குறிப்பிடும் அழுத்தமான மந்திரச் சொல்.

ஒரு மனிதனுக்கு அவன் வாழ்க்கையில் அன்றாடம் பல இடையூறுகள் எற்படுகின்றன. அவற்றைப் பொறுத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

அதை எப்படிப் பொறுத்துக் கொள்வது ?

இதைச் சொல்லிக் கொடுக்கும் பயிற்சிதான் கிரியா யோகத்தின் முதல் படியாகும்.

இந்தப் பயிற்சிக்குத்தான் தவம் என்று பெயர்.

இந்தத் தவ வாழ்க்கையை ஒருவர் மேற்கொள்ளும் போது அவருடைய உடலும் உள்ளமும் முதலில் தூய்மை அடையும்.

உடலும் உள்ளமும் தூய்மை பெற்றவுடன் தொடர்ந்து ஆன்மிக நூல்களை ஆழ்ந்து பயில வேண்டும். உடல் தூய்மையும் உள்ளத்தூய்மையும் பெற்றவர்கள் ஆன்மிக நூல்களைப் பயின்று, அதை வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ள வேண்டும். அப்படி வாழ்க்கையை நெறிப்படுத்தும்போது மகத்தான ஆற்றல்களைப் பெறலாம்.

இப்போது மற்றவர்களைவிட மகத்தான ஆற்றல் பெற்று இருக்கிறோம் என்ற ஆணவம் ஏற்படும். இந்த ஆணவத்தை விட்டுவிட்டுப் பயிற்சியில் மேலே மேலே செல்ல வேண்டும். அப்படிச் செய்யவில்லையானால் இதுவரையில் யோக வாழ்க்கையில் பெற்ற பலன்கள் எல்லாம் விரயமாகிவிடும். அதனால் தாம் பெற்ற ஆற்றல்களை இயற்கை உண்மையாகிய இறைவனுக்கு அர்ப்பணித்துவிட வேண்டும். தாம் பெற்ற ஆற்றலை மட்டுமல்ல, சாதகன் தன்னையே இறைவனுக்கு அர்ப்பணம் செய்யும் ஆற்றலையும் இயல்பாகவே பெற்றுவிடுவான். இதைத்தான் "ஈசுவரப் பிரணிதாநாநி" என்கிறார் பதஞ்சலி.

அன்றாட வாழ்க்கையில் ஏற்படும் இடையூறுகளைப் பொறுத்துக் கொள்ளுதல்.

ஆன்மிக நூல்களைப் படித்து உடலையும் உள்ளத்தையும் தூய்மைப்படுத்திக் கொள்ளுதல்.

இவற்றால் ஏற்படும் மகத்தான ஆற்றல்.

ஆகிய மூன்றையும் மேலே குறிப்பிட்டிருக்கும் முறையில் பயில்வதற்குத்தான் கிரியா யோகம் என்று பெயர்.

'கிரியா யோகம்' என்ற சமஸ்கிருத வார்த்தை "தவம் செய்தல், ஆன்மிக நூல்களை ஆழ்ந்து பயிலுதல், இவற்றால் கிடைக்கும் பயனை இறைவனுக்கு அர்ப்பணித்தல்" என்று மூன்று செயல்களையும் குறிப்பிடும் ஆன்மிக பரிபாஷை வார்த்தையாகும்.

'தவம்' என்ற சொல்லுக்குத் தன்னைத்தானே வருத்திக் கொள்ளுதல் அதாவது கூர்மையான ஆணிகளை நெருக்கமாக அடித்திருக்கும் பலகையில் படுத்து யோகம் செய்தல். நாட் கணக்கில் ஏன் மாதக் கணக்கில் ஒன்றும் சாப்பிடாமல் ஒரு குறிப்பிட்ட எண்ணத்துடன் இருத்தல் என்றெல்லாம் தவத்தைப் பற்றி தவறான பொருள்களைச் சொல்கிறார்கள்.

ஒரு மனிதன் தன் உயர்ந்த வாழ்க்கையில் அனுபவிக்க வேண்டிய பொருள்களை எல்லாம் விட்டுவிட

வேண்டும். துறவு வாழ்க்கையை மேற்கொள்ளவேண்டும் என்றும் சொல்லுகிறார்கள்.

இந்த இரண்டு முறைகளையும் கடைப்பிடிப்பதுதான் தவம் என்று சொல்லி மக்களைத் தவ வாழ்க்கைப் பக்கம் செல்ல முடியாமல் பயமுறுத்தி வருகிறார்கள்.

இந்த இரண்டும் ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கமில்லாத முறையைப் பற்றியது. இவற்றைக் கடைப்பிடிப்பது அல்ல தவம்.

தவம் என்பது நம் உடம்பிலும் உள்ளத்திலும் இருக்கும் உஷ்ணத்தைச் சுத்த உஷ்ணமாக உயர்த்திக் கொள்ளும் பயிற்சியாகும்.

எந்தப் பொருளையும் தீயில் இட்டோமானால் அது சுத்தப்பட்டுவிடும். காரணம், அந்தப் பொருளில் கலந்திருக்கும் பிற பொருள்கள் தீயில் பொசுங்கிப் போய்விடுகின்றன.

தங்கத்தைத் தூய்மைப்படுத்த வேண்டுமானால் அதைத் தீயில் இட்டு உருக்கவேண்டும். தீயில் உருக்க அது தூய்மை பெறும். தங்கம் தன் உண்மையான தோற்றத்தைப் பெற்று ஒளி வீசத் தொடங்கும். அதன் மாற்றம் ஐம்பது நூறு என்று உயர்ந்து கொண்டே போகும்.

தவம் செய்வதன் மூலமாக ஒரு மனிதனிடம் இயற்கையாக இருக்கும் அசுத்த உஷ்ணம் சுத்தப்படுகிறது.

அப்படிச் சுத்தப்படும்போது மனிதனிடம் இயற்கையாக இருக்கும் அசுத்தங்கள் விலக ஆரம்பித்து விடுகின்றன.

இதைத்தான் வள்ளலார், "சுத்த உஷ்ணம் பெறுவதற்கு மனிதன் முதலில் போதுமான யோகப் பயிற்சி பெறவேண்டும். இதற்கு ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தை வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ளவேண்டும்" என்கிறார்.

மனிதனுடைய மனத்தின் இயற்கை, அது எப்போதும் இன்பமாக இருப்பதுதான். ஆனால் அதற்குத் துன்பம் வரும்போது, துன்பத்துக்குக் காரணமாக இருப்பதையோ, இருப்பவர்களையோ மன்னிக்கும்படி மனத்திற்குப் பயிற்சி அளிப்பதுதான் கிரியா யோகம்.

இவ்வாறு உயிர்க்குலத்தை நேசிக்கும் தன்மை ஒருவர் மனத்திற்கு ஏற்பட்டு, அவர்தம் அன்றாட வாழ்க்கையில் ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தைக் கடைப்பிடிக்கும் நிலைக்கு மனத்தை உயர்த்தும் பயிற்சிதான் கிரியா யோகம்.

இந்தப் பயிற்சியினால் – கிரியா யோகத்தினால் ஒரு மனிதனின் மனம் எப்போதும் இன்ப நிலையிலேயே இருக்க முடியும்.

இதைத்தான் திருவள்ளுவர்,

உற்றநோய் நோன்றல், உயிர்க்கு உறுகண்
செய்யாமை
அற்றே தவத்துக்கு உரு

என்று சொல்லுகிறார்.

தமக்கு ஏற்படும் துன்பங்களைக் கண்டு பயந்து ஒதுங்கிவிடாமல் மகிழ்ச்சியுடன் அவற்றை ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அந்தத் துன்பங்களை நமக்குச் செய்த உயிர்களுக்கு நாம் எந்த வகையிலும் திரும்பத் துன்பம் செய்யாமல் இருப்பது மட்டுமல்ல, அப்படி நினைக்காமல்கூட இருக்க வேண்டும். இந்த மன உணர்வுதான் தவத்தின் உண்மையான வடிவமாகும்.

திருக்குறள் போதிக்கும் இதே உண்மையைத்தான் ‘கிரியா யோகம்’ என்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

கரண ஒழுக்கத்தையும், இந்திரிய ஒழுக்கத்தையும் கடைப்பிடிப்பதைத் தவம் என்கிறது திருஅருட்பா.

கரண ஒழுக்கம் என்றால் என்ன ?

மனதைக் கொண்டு எல்லாவற்றையும் நெறிப்படுத்துவதுதான் கரண ஒழுக்கம்.

உடல், வாய், கண், மூக்கு, செவி என்ற ஐந்து பொறிகளையும், அதாவது இந்த ஐந்து கரணங்களையும் நெறிப்படுத்தித் தூய்மையாக்குவதான ஒழுக்கம்தான் கரண ஒழுக்கம்.

இந்த ஐந்து புலன்களும் கரண ஒழுக்கத்தின் நுண் அறிவால் இயக்கப்படுவது, கை, கால், பேச்சு, கருவாய், எழுவாய் என்ற ஐந்து பொறிகள்.

இந்த ஐந்து பொறிகளுக்கும் இந்திரியம் என்று பெயர்.

இந்திரியங்களை அதன் இஷ்டப்படி செயல்படாமல் நெறிப்படுத்துவதுதான் இந்திரிய ஒழுக்கம்.

மனிதன் உடலையும், உள்ளத்தையும், அறிவையும், ஐந்து புலன்களையும், ஐந்து பொறிகளையும் கொண்டவன்.

அதை மனிதன் எப்படிக் கட்டுப்பாடு செய்து கொள்ளாமல் இருக்கிறான் என்பதையும், அதனால் எவ்வளவு பெரிய அபாயத்தை எதிர்நோக்கிக் கொண்டு இருக்கிறான் என்பதையும் ஒரு உதாரணத்தின் மூலமாக விளக்கினால் புரியும் என்று நம்புகிறேன்.

குதிரை வண்டியில் பூட்டியிருக்கும் குதிரையைப் போன்றது மனம்.

குதிரை வண்டி போன்றது உடல்.

வண்டியை ஓட்டுபவனைப் போன்றது நுண் அறிவு.

கடிவாளத்தைப் போன்றது உள்ளம்.

ஐந்து புலன்களையும், பொறிகளையும் போன்றது குதிரைகள்.

இந்தக் குதிரை வண்டியில் உள்ளே பிரயாணம் செய்வது உயிர்.

கடிவாளம் இல்லாமலும், ஓட்டுபவன் இல்லாமலும், வண்டியை இழுத்துக்கொண்டு குதிரைகள் ஓடுமானால், அதில் பிரயாணம் செய்பவர்களுக்குப் பாதுகாப்பு இருக்குமா?

புலன்களையும், பொறிகளையும் அடக்குவது, அதாவது கரண ஒழுக்கத்தையும், இந்திரிய ஒழுக்கத்தையும் கடைபிடிப்பது முதலில் துன்பத்தையே கொடுத்தாலும், முடிவில் அது இன்பமாகவே அமையும்.

துன்பத்தையே இன்பமாக ஏற்றுக்கொள்வதுதான் தவம். இந்த அடிப்படை உண்மையை முதலில் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

நமக்குத் துன்பம் கொடுத்தவர்களால் நம்முடைய மனம் மிகவும் துன்பம் அடைகிறது. அப்படித் தனக்கு ஏற்பட்ட துன்பத்தை மனம் ஏற்றுக்கொண்டு அது தூய்மை பெற்றுத் தன்னுடைய இயற்குணமாகி இன்பத்தில் இருப்பதுதான் தவம்.

மனம் தன்னுடைய இயற்கைக் குணமாகிய இன்ப நிலையில் இருந்து தூய இன்ப நிலைக்கு உயர்த்துவதற்குத் தவ வாழ்க்கையை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறு ஒரு மனிதன் தவ வாழ்க்கையை மேற்கொள்வதற்குக் காரணமாக இருப்பவர்கள் நமக்குத் துன்பம் கொடுப்பவர்கள்தான்.

எனவே, நமக்குத் துன்பம் கொடுத்தவர்களுக்கு நாம் முதலில் நன்றி செலுத்தக் கடமைப்பட்டிருக்கிறோம்.

தவ வாழ்க்கையைப் பற்றி கீதை சொல்வதைக் கேளுங்கள்.

பகவான் கிருஷ்ணர் பகவத் கீதையின் பதினேழாவது அத்தியாயத்தில் தவம் செய்வதைப் பற்றிச் சொல்லி இருக்கிறார்.

தன்னையே வருத்திக்கொண்டு தவம் செய்வதுதான் தவம் என்று பலர் சொல்லிக்கொண்டு வருகிறார்கள். இவ்வாறு தவம் செய்வதை தவம் என்று வேதங்கள் சொல்லவில்லை.

"காம உணர்வுடனும், தாம் செய்கின்ற காரியம்தான் சிறந்தது என்ற ஆணவத்துடனும், சிலர் தன்னைத்தானே வருத்திக்கொள்வதுதான் தவம் என்றும் சொல்கிறார்கள்.

உள்ளொன்று வைத்துப் புறம் ஒன்று செய்தல், மற்றவர்களை ஏமாற்றுதல், தான் செய்வதுதான் சரி என்று மக்களை நம்பும்படி செய்வதற்காகப் பலர் தன்னையே வருத்திக்கொள்வதுதான் – தவம் என்றும் சிலர் வலியுறுத்தி வருகிறார்கள்.

இவ்வாறு தன்னைத்தானே வருத்திக்கொள்வது தவம் அல்ல. தன் உடலில் இருக்கும் உயிர் அணுக்களை கொடுமைப்படுத்துதல் எப்படி தவம் ஆகும்? நம் உடலில் இருக்கும் உயிர் அணுக்களுக்குள் உயிராக இருந்து அந்த உயிர் அணுக்களை இயக்கிக்கொண்டு இருக்கிற இறைவனையே அமைதிக்கும் கொடிய செயலாகும் இது.

தன் உடலையும், உயிர் அணுக்களையும் வருத்திக் கொள்வது புனிதமான தவம் அல்ல. இது ஒரு பேய்த் தன்மையாகும்.

தவம் என்ற பெயரால் பலர் தன்னைத்தானே கொடுமைப்படுத்திக் கொள்கிறார்கள். தன் உணர்வு இல்லாதவர்களாக மாறி விடுகிறார்கள்.

நம் நாட்டில் பல சாதுக்கள் கூர்மையான ஆணிகள் அடிக்கப்பட்ட பலகையின் மீது படுக்கையில் படுப்பதுபோல படுத்துக்கொண்டு தவம் செய்கிறார்கள்.

ஒரு கையை மேலே தூக்கிவண்ணம் இருக்கிறார்கள். அந்தக் கை மரத்துப்போய், அதன் உணர்வுகள் செத்து மடியும் வரை அவ்வாறு செய்கிறார்கள். இதைத் தவம் செய்வதில் ஒருமுறை என்றும் அவர்கள் கூறுகிறார்கள்.

தவம் என்பதோ உடலில் இருக்கும் உயிர் அணுக்களின் உணர்ச்சிக்குத் தெய்வத் தன்மையை ஏற்றி, உடலையே சுத்த உடலாகச் செய்வதுதான். உடலை அழித்துக் கொள்வது அல்ல தவம். அப்படி உடலை அழித்துக் கொள்வதைச் சான்றோர்கள் ‘அவம்’ என்று சொல்லுவார்கள்.

முள் படுக்கையில் படுத்துக்கொண்டு தன்னை வருத்திக்கொள்ளுதல், ஒற்றைக் காலில் நின்று ஒற்றைக் கையைத் தூக்கிக் கொண்டு நிற்றல் முதலியவை எல்லாம் தன்னைத்தானே அழித்துக்கொள்வதும் – பிறரை ஏமாற்றும் மௌடிகச் செயல்களின் பல வடிவங்களாகும். இப்படிச் செய்வது தவம் அல்ல.

இப்படித் தங்களைத் தாங்களே கொடுமைப்படுத்திக் கொள்பவர்கள் எல்லாம் தவசிகள் அல்ல. தவம் செய்வது

போல நடிக்கும் பேய்க் கூட்டத்தினர், என்கிறார் பகவான் கிருஷ்ணர்.

தன்னைத்தானே கொடுமைப் படுத்திக்கொண்டு தவம் செய்வதன் மூலமாக இறைவனின் அருளைப் பெற முடியாது.

தன் அடக்கத்துடனும், ஜீவகாருண்ய உணர்வுடனும், உயிர்க்குலத்துக்குப் பணி செய்வதன் மூலமாகவே இறைவனின் அருளையும், கருணையையும் பெற முடியும்.

இதையே,

அடக்கம் அமரருள் உய்க்கும் அடங்காமை
ஆர்இருள் உய்த்து விடும்

என்கிறது திருக்குறள்.

அடக்கத்துடன் இருப்பதுதான் சாதாரண மனிதனை மாமனித நிலைக்கு உயர்த்தும். தன்னையும் பிறரையும் துன்புறுத்திக் கொண்டு இருப்பது துன்ப இருளுக்குள் தான் மூழ்குவதுடன் மற்ற உயிர்களையும் மூழ்கச் செய்வதாகும்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருளாகும்.

உண்மையான தவம் என்பது என்ன?

இதைக் கண்ணபிரான் மூன்று வகையாகப் பிரித்து விளக்குகிறார்.

உடலைப் பற்றிய துன்பம், மனதைப் பற்றிய துன்பம், சொல்லைப் பற்றிய துன்பம் என்று மூன்று வகையாகத் தவத்தைப் பிரித்துச் சொல்கிறார்.

இதைத்தான் மனம், மொழி, மெய் என்ற மூன்றிலும் தூய்மையுடன் இருக்கவேண்டும் என்றும், திரிகரண சுத்தியுடன் இருக்க வேண்டும் என்றும் சொல்வார்கள்.

வழிபாடு, செய்தல் – தூய்மையுடன் நடந்து கொள்ளுதல் – நேர்மையுடன் நடந்து கொள்ளுதல் – பிரமசரியம் காத்தல் – உயிர்க்குலத்துக்கு எந்த வகையிலும் துன்பம் செய்யாமல் இருப்பது – இவைகளே உடலைப் பற்றிய தவ நிலைகள் ஆகும்.

இவற்றை விரும்பாத மிகப் பெரும்பாலோர் உடலின் மூலமாகச் செய்கின்ற தவம் தங்களுக்குப் பொருந்தாது என்று ஒதுக்கி விடுகிறார்கள்.

பிரமசரியத்தைக் காக்கவேண்டும் என்பதைக் கேட்டவுடனேயே அவர்களுக்கு அதில் ஒரு மலைப்பும், திகைப்பும் ஏற்படுகின்றன.

ஏன் இவ்வாறு திகைக்கிறார்கள் – மலைத்துப் போகிறார்கள் ?

பிரம்மசரியம் காத்தல் என்பதைப்பற்றி அவர்களுக்குச் சரியாகப் புரியவில்லை.

ஆண் பெண் உறவை அடியோடு விட்டுவிட வேண்டும் என்று பிரம்மசரியம் வற்புறுத்தவில்லை. அதில் ஒரு ஒழுக்கத்தையும் – தன் அடக்கத்தையும் மேற்கொள்வதே பிரம்மசரியத்தைக் கடைபிடிப்பதுதான்.

இறைவன் எல்லா உயிர்களுக்கும் எல்லா இன்பத்தையும் – அடைவதற்கு வழிகாட்ட வேண்டும் என்பதுதான் பிரம்மசரியம் என்ற வார்த்தைக்குப் பொருளாகும்.

(பிரமம் — இறைவன், ஆஸ்ரையம் —வழிகாட்டுதல்)

உயர்ந்த எண்ணங்களில் மனம் மூழ்கிவிட வேண்டும். அப்போது ஆண் பெண் உறவுபற்றிய எண்ணம் – உணர்வு – வேகம் படிப்படியாகக் குறைந்து விடும்.

தியானம் செய்வதன் மூலமாகவும், மந்திர ஜபத்தின் மூலமாகவும், இறைவனை நோக்கித் தொடர்ந்து வழிபடுவதன் மூலமாகவும், ஆன்மிக நூல்களை ஆழ்ந்து படித்து அதன் பொருளை உணர்ந்து அதை வாழ்க்கையில் மேற்கொள்வதன் மூலமாகவும், ஆண்–பெண் என்ற வேறுபாடு இல்லாத உயிரின் தன்மையைப் பற்றிச் சிந்திப்பதன் மூலமாகவும், ஆண் – பெண் உறவில் இருக்கும் எண்ணமும் அதன் சுவையும் மனதில் இருந்து அடியோடு அழிந்து போய்விடும்.

ஆண் பெண் கூட்டுறவை மனம் விரும்பும்போது அதற்கு விரோதமாக செயற்கையாக அதை அடக்க முயல்வதால் பல தீங்குகள் ஏற்படுகின்றன.

இதனால் தூக்கம் கெட்டுப்போகும். அப்படியே தூங்கினால் ஆண் பெண் உறவுகளில் ஈடுபட்டிருப்பது போன்ற கனவுகள் வரும். அதனால் விந்து விரயமாகும்.

தூக்கத்தில் அமைதி இல்லாமல் ஆண் பெண் உறவைப்பற்றிய மன எரிச்சல் ஏற்படும். இதனால் மன அமைதி குலைந்து, உடல் மெலிந்து எதிலும் தெளிவு இல்லாத நிலை ஏற்படும்.

எனவே மனத்தை முதலில் சுத்தப்படுத்த வேண்டும். மனம் சுத்தப்படுத்தப்பட்டவுடன் மற்ற புலன்களை நம்மால் நெறிப்படுத்த முடியும்.

மனதைச் சுத்தப்படுத்துவதிலும் புலன்களை நெறிப்படுத்துவதிலும் முரட்டுத்தனம் கூடாது. அப்படிச் செய்தால் நம்முடைய அன்றாட வாழ்க்கையில் அடிக்கடி வெறுப்பும், தடையும் ஏற்படும்.

ஆன்மிக வாழ்க்கையைப் பற்றி எண்ணிப் பார்க்கவே முடியாது.

மனத்தை எப்படிச் சுத்தப்படுத்துவது?

சான்றோர்களுடன் இணங்கிப் பழகுவதாலும், குறிப்பிட்ட ஏதேனும் ஒரு குறிக்கோளுடன் செயல்படுவதாலும் மனத்தைச் சுத்தப்படுத்த முடியும்.

இதைத்தான்,

மனம்தூய்மை செய்வினை தூய்மை இரண்டும்
இனம்தூய்மை தூவா வரும்

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

சான்றோர்களுடன் இணங்கிப் பழகும்போது மனம் சுத்தமாவதும், செயல் சுத்தமாவதும் இயல்பாகவே நிறைவேறிவிடும்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

மனத்தூய்மை ஏற்பட்டவுடன், அவர் பேசுகின்ற பேச்சில் தூய்மை ஏற்பட்டுவிடும்.

தூய்மையான பேச்சினால் மன அமைதியும், உயிர்க்குலத்துக்குப் பணி செய்வதில் இன்பமும், சத்தியத்தின் முழுத் தன்மையும் தாமே ஏற்பட்டுவிடும்.

ஒருவர் சத்தியத்தையே பேசுகின்றபோது இன்பத்தை அளிக்கும் வார்த்தைகளையே உபயோகிக்கிறார். இதனால் அவருக்கு இன்பம் வளர்கிறது.

சத்தியத்தைப் பேசுகிறவரிடம் இருந்து இன்பம் அளிக்காத வார்த்தைகளே வராது.

இன்பம் பேசுகிறவரிடம் இருந்து இன்பம் அளிக்காத வார்த்தைகளே வராது.

இன்பம் அளிக்காத வார்த்தைகளைப் பேசும்போது அது சத்திய வார்த்தைகளாக இருக்காது.

சுருக்கமாகச் சொல்ல வேண்டுமானால், சத்தியத்தில் இருந்து இன்பத்தையும், இன்பத்தில் இருந்து சத்தியத்தையும் பிரிக்கவே முடியாது.

சத்தியம் எப்போதும் ஜெயிப்பதற்கு இதுதான் அடிப்படையான காரணமாகும்.

ஒரு உண்மையைச் சொல்லும்போது அதற்கு உரியவர் மனம் கசந்து போகும். அப்படிக் கசப்பை அளிக்கக்கூடிய உண்மையையும் இனிமையாகச் சொல்வதற்குப் பயிற்சி செய்து கொள்ளவேண்டும். இந்தப் பயிற்சியும் தவத்தின் ஒரு பகுதி என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

மனத்தின் மூலமாகத் தவம் செய்வது எப்படி ?

மனத்தில் அமைதியை ஏற்படுத்தவேண்டும். இதற்கு ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தை வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ள வேண்டும். தன் அடக்கம் வேண்டும். அப்போது நம்மைச் சுற்றிலும் உள்ள இயற்கையும் தூய்மை பெற்றுவிடும்.

இவ்வாறு தவத்தைப் பற்றி மெய், மொழி, மனம் என்ற மூன்று வழிகளில் பயிற்சி செய்ய வேண்டும் என்று கண்ணபிரான் கீதையில் உபதேசம் செய்திருக்கிறார்.

தவம் செய்வதற்கு ஓரளவு நிறைவு பெற்ற மன உணர்வு வர வேண்டும். அதன் பிறகு படிக்க வேண்டிய

ஆன்மீக நூல்களை ஆழ்ந்து படிக்கவேண்டும். அவ்வாறு படித்த விஷயங்களைப் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

ஆன்மிக நூல்களில் எந்த எந்த விஷயங்களைப் படித்துப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்? நம் உள் இருக்கும் ஆன்மாவைப் பற்றிச் சொல்லும் விஷயங்களை முதலில் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

மனதைப் பற்றி சோதித்துப் பார்க்கும் விஞ்ஞானியும், மன நோயைப் போக்குகின்ற மருத்துவரும் சொல்வது போல, மனத்தின் நோய் நிலையைப் பற்றியோ, மனத்தின் ஆரோக்கிய நிலை பற்றியோ ஆராய்ந்து புரிந்து கொள்வதைப் பற்றிப் பதஞ்சலி முனிவர் பேசவில்லை.

காரணம் தவம் புரிவதைப் பற்றிச் சொல்லும்போது, இந்திரிய ஒழுக்கம், கரண ஒழுக்கம் என்ற இரண்டு ஒழுக்கங்களைக் கொண்டு மனதை ஒருமுகப்படுத்தும் விந்தையைப் பற்றித் தெளிவாக விளக்கிச் சொல்கிறார்.

இதன் மூலமாக இயமம், நியமம், ஆசனம், பிராணாயாமம், பிரத்யாகாரம் என்ற முதல் ஐந்து அங்கங்களை அதாவது ஞான யோகத்தின் புற உறுப்புக்களை நம் கட்டுக்குள் கொண்டு வந்தால் தவம் செய்வதற்கு உரிய ஆற்றலைப் பெற்றுவிடலாம்.

நம் உள்ள இருக்கும் ஆன்மாவைப் பற்றி ஆன்மிக நூல்களில் எந்தச் செய்தி துல்லியமாக நமக்கு விளக்கிக் காட்டுகிறதோ அந்தப் பகுதியைப் பற்றித்தான் படித்துத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

கீதை, பைபிள், குரான், பதஞ்சலி யோகம் முதலியன ஆன்மிக நூல்கள். இவை நம் உள் இருக்கும் ஆன்மாவைப் பற்றிப் புரிந்து கொண்டு அதன் அனுபவத்தைப் பற்றித் தாம் உணர்ந்த விஷயத்தைப் பற்றி மக்களுக்குச் சொல்லுகின்ற நூல்கள்.

இந்த ஆன்மிக நூல்களைப் படிப்பது என்றால் அந்த நூல்களின் ஒவ்வொரு பக்கங்களையும் மேலேழுந்தவாரி யாகவோ, பொழுது போக்குக்காகவோ படித்துக்கொண்டு போவது அல்ல.

இந்த ஆன்மிக நூல்களில் உள்ள ஒவ்வொரு வார்த்தையையும் அதன் உண்மைப் பொருளைப் புரிந்து கொள்ளும்படி ஆழ்ந்து படிக்கவேண்டும். படித்த விஷயங்களின் முழுப் பொருளும் மனதில் பதியவும் வேண்டும்.

இப்படி ஆன்மிக நூல்களைப் படித்து, அவற்றின் ஒவ்வொரு வார்த்தையையும் அதன் முழு தன்மையுடன் எப்படி விளங்கிக் கொள்ள முடியும்?

அப்படி விளங்கிக்கொள்வதற்கு முதலில் நாம் படிக்கும் விஷயங்கள் போதுமான அளவு மனதில் பதிய வேண்டும். இதற்குத் தியானப் பயிற்சியும், மனதை ஒருமுகப் படுத்தும் ஆற்றலும் வேண்டும்.

இந்த இரண்டு செயல்களையும் செய்யும் ஆற்றலைப் பெறுவதற்கு உரிய பயிற்சிகளை பதஞ்சலி முனிவர் தாரணை என்றும் தியானம் என்றும் சொல்லுகிறார்.

எவ்வளவு தரம் ஆழ்ந்து படிக்கிறோமோ, அதற்கு ஏற்ப நம் உள் இருக்கும் ஆன்மிக உண்மைகள் புலப்படும்.

பைபிள், கீதை போன்ற ஆன்மிக நூல்களை பல ஆயிரம் ஆண்டுகளாக பல அறிஞர்கள் படித்துக்கொண்டு வருகிறார்கள்.

ஒவ்வொரு நாளும் பல்லாயிரக்கணக்கான மக்கள் கீதை, பைபிள், போன்ற ஆன்மிக நூல்களைப் படித்துக் கொண்டு வருகிறார்கள். இதைத்தவிர ஒவ்வொரு நாளும் ஆயிரக்கணக்கான மற்ற புத்தகங்களையும், மக்கள் படிக்கிறார்கள். படித்து முடித்தவுடன் அந்தப் புத்தகங்களைத் தூக்கி எறிந்துவிடுகிறார்கள்.

பைபிளையோ, கீதையையோ நூற்றுக்கணக்கான முறை படித்தாலும், அதில் இருக்கும் ஆன்மிக உண்மையான அவ்வளவு எளிதாகவும், முழுமையாகவும், புரிந்துகொள்ள முடிவதில்லை.

ஒவ்வொரு முறையும் பைபிளையோ, கீதையையோ படிக்கும்போதும் அவற்றில் நமக்கு ஒரு புதிய ஒளி கிடைக்கிறது. ஒரு புதிய ஆன்மிக உண்மை புரிகிறது.

இதுதான் கீதை, பைபிள், குரான், பதஞ்சலி யோகம் போன்ற ஆன்மிக நூல்களில் இருக்கும் சிறப்பாகும்.

இத்தகைய நூல்கள் காலத்தால் அழிந்து போகாத அமரத்வம் பெற்ற நூல்கள்; அழிக்க முடியாத நூல்கள்; எல்லா காலத்துக்கும் எல்லா சமயங்களுக்கும் உரிய நூல்கள் ஆகும்.

இந்த உண்மையைத்தான் செல்வங்கள் யாவும் உண்டு; நின் பதத் தியானம் உண்டாயில் என்று சொல்கிறார் திருவருட்பிரகாச வள்ளலார்.

இயற்கை உண்மையாகிய கடவுளை அறிந்து, அதன் அனுபவத்தைப் பெற்ற ஞானிகள் தங்கள் ஆன்மிக அனுபவத்தைப் பற்றிச் சொல்லப்பட்ட நூல்களாகும், இந்த ஆன்மிக நூல்கள்.

இப்படிப்பட்ட ஆன்மிக நூல்களை ஒவ்வொரு முறை படிக்கும்போதும் அது நம்மைப் படிப்படியாக ஆன்மிகத் துறையில் உயர்த்திக்கொண்டே செல்லும்.

நூறு மாடிக் கட்டடத்தில் அதன் உச்சிக்குச் செல்வதற்கு, மின்சார லிப்டின் மூலம் செல்வது போல்தான் இது.

நூறு மாடிக் கட்டடத்தின் உச்சிக்கு மின்சார லிப்டின் மூலமாகச் செல்லும்போது முதல் மாடி ஜன்னல் வழியாக ஒரு காட்சியைப் பார்க்கிறோம். அடுத்த மாடி ஜன்னலில் வேறு காட்சியைப் பார்க்கிறோம். மூன்றாவது மாடி ஜன்னலில் இதுவரைப் பார்க்காத இன்னும் ஒரு காட்சியைப் பார்க்கிறோம். நூறாவது மாடிக்குச் செல்வதற்குள் ஒவ்வொரு மாடி ஜன்னலிலும் ஒவ்வொரு விதமான காட்சிகள் தொடர்ந்து தென்பட்டுக்கொண்டே இருக்கின்றன.

நூறு மாடியையும் கடந்து அதன் உச்சியில் இருக்கும் பால்கனிக்குச் செல்கிறோம். அங்கு இருந்து பார்க்கும்போது இதுவரையில் பார்த்து அறியாத காட்சியைப் பார்த்துப் பரவசமடைகிறோம்.

இதுபோலத்தான் ஆன்மிக நூல்களைப் படிக்கும் போது, படிப்படியாக நம்முடைய மனம் ஆன்மிகத் துறையில்

உயர்ந்து கொண்டே செல்கிறது. முடிவில் விரிவடைகிறது. எல்லாவற்றையும் அறிந்துகொள்ளும் ஆற்றலையும் பெறுகிறது.

இதைத்தான் "தன்னை அறிந்து உறுதல்" என்கிறார் வள்ளலார்.

மனத்தின் தன்மை உயர உயர நாம் அறிந்து கொள்ளவேண்டிய பொருளின் நுட்பங்களும் துல்லியமாக அதன் பூரணத்துவத்துடன் தெரியத் தொடங்குகின்றன.

நாம் சர்வ சாட்சியாகிறபோது, தீர்க்கதரிசியின் நிலைக்கு உயரும் போது இத்தகைய ஆன்மிக நூல்களின் பொருளைப் பூரணமாகப் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது.

இதுதான் இயற்கை உண்மையாகிய இறைவன் விதித்திருக்கும் விதியாகும்.

என்னை ஒருவர் பூரணமாகப் புரிந்துகொள்ள வேண்டுமானால், அவர் என்னுடைய நிலைக்கு உயர்ந்து, நானாகவே மாறியாக வேண்டும்.

அப்படி இல்லையென்றால் அவரவர் அறிவுக்கு ஏற்ற முறையில்தான் என்னைப் புரிந்துகொள்ள முடியும். குருடர்கள் யானையைப் பார்த்த கதைப் போலத்தான் அது இருக்கும்.

கடவுள் ஆன்மிகப் புத்தகங்களின் மூலம் அறிந்து கொள்ளக் கூடியவர் அல்ல. ஆன்மிக நூல்களில் இருக்கும் வார்த்தைகள் மூலமாகவும் கடவுளை வார்த்துப் பார்க்கவும் முடியாது.

நாம் கடவுள் நிலைக்கு முதலில் உயரவேண்டும். அப்படி உயர்ந்து கடவுளாகவே மாறினால் கடவுளைப் பார்க்க முடியும். கடவுளை அனுபவிக்கவும் முடியும்.

இதைத்தான் "பாம்பின் கால் பாம்புக்குத்தான் தெரியும்" என்றும், "ஞானியைப் புரிந்துகொள்ள ஞானிகளால் தான் முடியும்" என்றும் பழமொழிகள் விளக்குகின்றன.

பாம்பு எப்படி வளைந்து, வளைந்து, நெளிந்து, நெளிந்து போகிறது என்பதைப் பாம்பாக மாறினால்தான் அறிந்துகொள்ள முடியும்.

நாம் பாம்பின் மூலமாக ஒரு உண்மையைப் புரிந்து கொள்வதும், அதையே நம் அறிவுத் திறனால் கற்பனை செய்து மகிழ்வதும், அந்த உண்மையை அறிந்து அனுபவிக்கும் அனுபவம் ஆகாது.

இதனால்தான் ஞானத்தை – "உபாய ஞானம், உண்மை ஞானம், அனுபவ ஞானம்," என்று மூன்று நிலைகளில் பிரித்து விளக்குகிறார்கள் ஞான யோகிகள்.

பலர் பல நூல்களைப் படித்து வைத்திருப்பார்கள். நடக்கும் நூல் நிலையங்களாகவே விளங்குவார்கள்.

அவர்கள் மூளையில் ஆயிரக்கணக்கான புத்தகங்கள் பதிவு செய்யப்பட்டிருக்கும். இது கம்ப்யூட்டரில் புத்தகங்களைப் பதிவு செய்திருப்பது போன்றதுதான். இதனால் அந்தந்தப் புத்தகங்களில் உள்ள விஷயங்களைக் கம்ப்யூட்டர் அனுபவித்து உயர்ந்துவிட்டது என்று சொல்ல முடியுமா? முடியாது. அது வெறும் ஜடப் பொருள்தான்.

நூல் அறிவினாலும், நினைவு ஆற்றலினாலும் மட்டும் ஆன்மிக அனுபவத்தை யாரும் பெற்றுவிட முடியாது.

மனத்தைக் கடந்திருக்கும் கடவுளை, வெறும் நினைவுச் சக்தியினால் மட்டும் அறிந்து கொள்ள முடியுமா? முடியாது.

ஆன்மிகப் பயிற்சியின் மூலமாகத்தான் மனத்தையும், சொல்லையும் கடந்து நிற்கும் கடவுளை – நம் உள்ளே வீற்றிருக்கும் கடவுளைப் புரிந்துகொள்ள முடியும். அறிந்து அனுபவிக்கவும் முடியும்.

இதனால்தான் கடவுளை "உயிருக்குள் உயிராக இருப்பான்" என்று சொல்வார்கள்.

உரைமனம் கடந்த ஒருபெரு வெளிமேல்
அரைசு செய்து ஓங்கும் அருட்பெருஞ்ஜோதி!

என்று இறைவன் தம் உள் இருந்து தம்மை ஆட்சி செய்யும் அனுபவத்தைச் சொல்கிறார் வள்ளல் பெருமான்.

மன ஆய்வைப் பற்றிக் கூறும் நூல்கள் வேறு; யோகப் பயிற்சியின் மூலமாக மனதைப் புரிந்து கொள்வது வேறு.

நிலைபெறாத மனத்தை நிலைபெறச் செய்வதுதான் யோகம்.

இதைத்தான் "மன்மனம் எங்குண்டு, வாயுவும் அங்கு உண்டு" என்கிறார் சித்தர்களில் சிறந்த ஞான சித்தரான திருமூலர்.

எனவே மூச்சுக் காற்றை முறைப்படுத்துவதின் மூலமாக மட்டும் – அடயோகத்தினால் மட்டும் – மனத்தை அடக்க முடியாது. மனத்தினால்தான் மூச்சுக் காற்றையும் முறையாக கட்டுப்படுத்தி அதை ஆட்சி செய்ய முடியும்.

பொதுவாக மனத்தால் எல்லாவற்றையும் அறிந்து கொள்ள முடியும் என்று எண்ணுவது தவறாகும்.

மனத்தையும் கடந்து நிற்பவர் கடவுள். அந்தக் கடவுளை மனக்கட்டுப்பாட்டின் மூலமாகவும், மனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவதின் மூலமாகவும், ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தின் மூலமாகவும் தான் அறிந்துகொள்ள முடியும்.

இதைத்தான் "அடக்கம் அமரருள் உய்க்கும்" என்கிறார் திருவள்ளுவர். 'அடக்கம்' என்கிற சொல்லை 'யோகப் பயிற்சி' என்ற பொருளில் இங்கு திருவள்ளுவர் பயன்படுத்துகிறார்.

மனத்தை ஆய்வு செய்யும் அறிஞர்கள் மனத்தின் தன்மையைப் பற்றி மட்டும் விளக்கிக் கொள்கிறார்கள். யோகிகளோ மனத்தின் தன்மையையும், அது செயல்படும் நிலையையும் கடந்து அதற்கும் மேலே செல்கிறார்கள்.

அதைத்தான், "நுண்உணர்வு இன்மை வறுமை, அஃது உடமை பண்ண, பணைத்த பெரும் செல்வம்" என்கிறார் குமரகுருபரர்.

மனத்தால் ஒரு பொருளை ஒரு வரம்புக்குள் நின்றுதான் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

வரம்புக்கு உட்படாதவர் கடவுள். அந்தக் கடவுளை வரம்புக்கு உட்பட்ட மனத்தினால் எப்படி அறிய முடியும்?

மனத்தை அதன் நிலையில் இருந்து உயர்த்தி விரிவடையும் ஆற்றலை அதற்கு அளிப்பதுதான் யோகப் பயிற்சி.

மனம் எப்படி உயர்ந்து விரிவடைய முடியும்?

ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தை வாழ்க்கையில் கடைப்பிடித்து வரவேண்டும். அதன் மூலமாக மனத்தின் ஆற்றல் உயரும். மனத்தின் ஆற்றல் உயர உயர அது விரிவடையவும் செய்கிறது.

இதைத்தான் ''அருள் அலாது அணுவும் அசைந்திடாது'' என்கிறார் வள்ளலார்.

வரம்பு கடந்த கடவுளைக் காணும் நிலையை அனுபவிக்கும் சர்வசாட்சி ஆற்றலை மனம் அடையும்போது கடவுளைக் கண்டு அனுபவிக்கும் ஆற்றலும் மனத்துக்குக் கிடைத்து விடுகிறது.

இதுதான் சுத்த சமாதி நிலை. கேவல சமாதி நிலை என்பது வேறு.

அட யோகிகள் பூமிக்குள் புதைக்கப்பட்டு குறிப்பிட்ட காலத்துக்குப் பிறகு வருவதும் கேவல சமாதிதான்!

ஆமை, பாம்பு, முதலை, பல உயிர்கள் நீண்ட காலம் மூச்சை அடக்கிக் கொண்டு உணவும் இல்லாமல் இருக்கக் கூடியவை. இப்படி இருப்பதுதான் கேவல சமாதி.

ஆன்மிக நூல்களைப் படிக்கத்தான் வேண்டும். அது தர்க்கம் செய்வதற்காகப் பயன்படுவதற்கு என்று படிக்கக் கூடாது. மேற்கோள்காட்டி மற்றவர்களை மிரட்டுவதற்கு என்று படிக்கக்கூடாது. இப்படிப்பட்ட குறிக்கோளுடன் படிப்பது வெறும் நினைவாற்றலின் தன்மையையும், அதனால் ஏற்படும் ஆணவத்தைக் காட்டும் நிலைக்கு சாதகரை உருவாக்கு வதற்குதான் பயன்படும்.

யோகப் பயிற்சியின் மூலமாகக் கடவுளை அறிந்து அனுபவிக்க வேண்டும் என்ற குறிக்கோளுடன் படிப்பதுதான் உண்மையான ஆன்மிகப் படிப்பாகும்.

ஆன்மிக நூல்களில் உள்ள வார்த்தைகளை மேற்கோள் காட்டுவதைவிட கடவுள் அனுபவத்தைப் பெற்று, அப்படித் தாம் பெற்ற அனுபவத்தை தன் வார்த்தைகளால் மேற்கோள் காட்டும்போது, அந்த வார்த்தைகள் கடவுளின் ஒளி பெற்று விளங்கும். கேட்பவர்களின் மனத்திலும் கடவுள் அனுபவத்தின் ஒளியை ஏற்படுத்தும்.

"படித்தவற்றை எல்லாம் மறந்துவிட வேண்டும். குழந்தையாகவே மாறிவிட வேண்டும். இந்த நிலையைப் பெறும்போதுதான் ஞானத்தைப் பெறுவது எளிதாகும்" என்கிறார் ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர். கற்க வேண்டிய நூல்களையும்கூட, அந்த நூல்களில் எந்தப் பகுதியைப் படித்துப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்ற உணர்வுடன் படிக்க வேண்டும். அந்த உணர்வு இல்லாமல் படித்தால், அந்தப் படிப்பும் ஞானம் பெறுவதற்கு முட்டுக்கட்டையாகிவிடும்.

அதனால் படிக்க வேண்டிய ஆன்மிக நூல்களை ஒரு எல்லைக்குள் நிறுத்திக் கொள்ள வேண்டும். படித்தவற்றையும் பழுதறப் படிக்கவேண்டும். அப்படிப் படித்த விஷயங்களை வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ளவும் வேண்டும்.

இதைத்தான் "கற்றபின் நிற்க அதற்குத்தக" என்று சுருக்கிச் சொல்கிறார் திருவள்ளுவர்.

வாழ்க்கை நோக்கத்தைப் புரிந்துகொள்வதற்கு உரிய இரண்டு மூன்று நூல்களைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அந்த நூல்கள் நம் வாழ்க்கையின் குறிக்கோளை நிறைவேற்றுதற்குரிய ஆற்றலையும், தூண்டுதலையும் அளிக்கும்படியாக இருக்கவேண்டும்.

கற்ற கல்வியினால் ஆணவம் வளருமானால் ஆன்மிக வளர்ச்சி தடைப்பட்டு விடும். அடைந்து அனுபவிக்க வேண்டும் என்ற வாழ்க்கையின் குறிக்கோளையும் நிறைவேற்ற முடியாது.

தூய்மையான உள்ளத்துடன் கடவுளை அறிந்து அனுபவிக்கவேண்டும் என்ற ஜீவகாருண்ய ஒழுக்க நோக்கத்திலும் முன்னேற்றம் வேண்டும்.

இதைத்தான் "குழந்தை மனிதரின் தந்தை" என்று ஞானயோக அனுபவம் பெற்ற ஞானி ஒருவர் சொல்கிறார்.

இதைப் பற்றி கிரியா யோகத்தின் மூன்றாவது பகுதி விளக்குகிறது.

கிரியா யோகத்தின் கடைசிப் பகுதி மிகவும் எளிமையானது. ஆனால் மிகப் பெருமை வாய்ந்தது.

இறைவனிடம் தன்னையே அர்ப்பணித்துக் கொள்வதுதான் கிரியா யோகம்.

நம்முடைய செயல்களினால் விளையும் பயன் முழுவதையும் இறைவனுக்கு அர்ப்பணிக்கவேண்டும். இதுதான் கிரியா யோகம்.

உயிர்க்குலம் முழுவதையும் நேசித்து அதற்குப் பணி செய்வதுதான் கிரியாயோகம். இது என்னுடைய அனுபவமாகவும் இருக்கிறது.

இதைத்தான் திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார் ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கம் என்றும், ஆன்மநேய ஒருமைப்பாட்டு உரிமை என்றும் தம் அனுபவத்தின் மூலமாக வலியுறுத்தி இருக்கிறார்.

இது உயிர்க்குலத்தினிடம் அதாவது ஆன்மாக்களிடம் தெய்வத்தின் பெருங்கருணை பரவி வெளிப்படுவதை உணர்த்துவது.

நாம் நம் வாழ்க்கையின் எல்லா பகுதிகளையும், அதன் பயன்களையும் அதாவது வேத நூல்களைப் படிப்பதனால் நாம் பெறும் ஆன்மிக உணர்வுகள், அதை வளர்த்துக் கொள்வதற்காக செய்யும் ஜபத்தின் பயன்கள், யோகப் பயிற்சியினால் விளையும் ஆற்றல்கள் அனைத்தையும் இறைவனுக்கு உரியனவாக அவனிடம் அர்ப்பணித்துவிட வேண்டும்.

இவ்வாறு நாம் பெற்ற அறிவையும், ஆற்றலையும், பயனையும் இறைவனிடம் ஏன் சமர்ப்பிக்க வேண்டும்?

நம்முடைய இந்த ஆன்மிக சமர்ப்பணத்தை இறைவன் ஏற்றுக் கொள்ளவேண்டும். அப்படி இறைவன்

ஏற்றுக் கொண்டு விட்டால் நாம் பெற்ற யோக அனுபவங்களைப் பன்மடங்காகப் பெருக்கி மகத்தான ஆற்றலுடன் அவற்றை நமக்குத் திருப்பிக் கொடுப்பார்.

இந்த அனுபவத்தைத்தான் 'தந்தது உன்தன்னைக் கொண்டது என்தன்னை யார்கொலோ சதுரர்?' என்று ஒரு ஞானயோகி மிகுந்த மகிழ்ச்சியுடன் சொல்கிறார்.

அதாவது மனிதன் தன்னை இறைவனுக்குக் கொடுக்கிறான். இதன் மூலமாகத்தானே இறைவனுக்கு உரிய முழு ஆற்றலுடன் விளங்குகிறான் என்பதுதான்.

இதைத்தான், 'ஜீவ ஒழுக்கத்தை மேற்கொள்வதன் வாயிலாக மனிதன் கடவுள் மயமாக மாறிவிடுகிறான்' என்கிறார் வள்ளலார்.

மனிதன் இறைவனுக்கு எதைக் கொடுத்தாலும் அதை அவன் இழந்து விடுவதில்லை.

மனிதன் தான் என்ற ஆணவத்துடன் தர்மம் செய்தாலும், மகத்தான சாதனைகளைப் படைத்தாலும், அவன் செய்த காரியங்களின் பலனை அவன் அனுபவிப்பதில்லை. அவற்றுக்கு அடிமையாகி விடுகிறான்.

இதற்குத்தான் "பொன்விலங்குகளால் பிணைக்கப் படுகிறான் மனிதன்" என்று ஞானயோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

நாம் செய்கின்ற எந்தச் செயலையும் நம்முடைய ஆற்றலால் செய்தோம் என்று எண்ணக்கூடாது. "என்னைக் கொண்டு இறைவன் இந்தக் காரியங்களை நிறைவேற்றி வருகிறான். அந்தப் பாக்கியம் பெற்றதற்காக நான் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்" என்று திரிகரண சுத்தியுடனும், உருக்கத்துடனும் நினைக்க வேண்டும்.

இதைத்தான் "உருகிப் பெருகுதல்" என்கின்றனர் ஞானிகள்.

இத்தகையச் செயல்களை நாம் தொடர்ந்து செய்து வரவேண்டும். அப்படிச் செய்யும்போது நம்முடைய மனம் பரிபுரணத்வம் பெற்று, நிலையான இன்பத்தில் திளைத்துக் கொண்டு இருக்கும்.

யாரும் எதையும் தனக்கே உரிய பொருளாக எண்ணக்கூடாது.

எந்தப்பொருளும் ஒருவருக்குத் தற்காலிகமாக உரிமையுடையதாக இருக்கிறது. அவ்வளவுதான்! அந்த பொருளுக்கு அவர் முழு உரிமையும் உடையவரல்ல, அப்படி அவர் எண்ணி விடக்கூடாது. ஒருவர் தாம் தேடிய செல்வத்துக்கோ, பொருளுக்கோ தர்மகர்த்தா தான். 'அந்தப் பொருள் மனிதகுலம் முழுமைக்கும் சொந்தமானது. அது என்னிடம் இருக்கும் வரையில் அதன் தர்மகர்த்தாவாக இருந்து செயல்படுவேன்' என்ற உணர்வைப் பெறவேண்டும்.

இதைத்தான் மகாத்மாவும் வலியுறுத்தி வந்தார்.

ஒரு தாய் கருவுறுகிறாள். அதை முன்னூறு நாட்கள் தன் வயிற்றில் வைத்து வளர்க்கிறாள். பத்தாவது மாதம் தம் வயிற்றில் தான் சுமந்து கொண்டிருந்த குழந்தையை உலகுக்கு அளித்து விடுகிறாள்.

அந்தக் குழந்தை தன்னுடையது என்று தாய் உணர்ந்தாலும், அந்தக் குழந்தையை வளர்த்து உலகுக்கு அளிக்கும் தர்மகர்த்தாவாகத்தான் விளங்குகிறாள்.

எனவே இறைவனுக்கு நாம் பெற்ற ஆற்றலை அர்ப்பணிப்பதுதான் உண்மையான யோகம் ஆகிறது.

பெறுவதும் தருவதும் ஒன்றைவிட்டு ஒன்று பிரியாதவை. ஒன்றுக்கு ஒன்று உதவி செய்துகொண்டு வளரக்கூடியவை.

"நான் மெலிந்திருக்கிறேன். எல்லாப் பொருளுமே மெலிந்துதான் இருக்கிறது." என்று எண்ணுவதுதான் நாம் வளர்வதற்கு உரிய உணர்வாகும்.

ஒருபொருள் என்னுடையது என்பது அடிமையில் இருக்கும் மோகத்தைக் காட்டுவது. இந்தப் பொருள் நம்முடையது, எல்லாருக்கும் உரியது என்பது சுதந்திர உணர்வைக் காட்டுவது.

என்னுடையது என்ற உணர்வை முதலில் முழுமையாக விட்டுவிடவேண்டும். அப்போதுதான் வாழ்க்கை வளமுடன் ஜ்வலிக்கும். அவருடைய முகத்தில் அருள் தவழும்.

ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தை ஒருவர் தம் வாழ்க்கையில் மேற்கொண்டால் அவர் மிகுந்த பாதுகாப்புடன் இருப்பார். அவர் மனத்தில் எப்போதும் ஈரம் இருக்கும். அவர் எல்லாக் காரியங்களையும் தீரத்துடன் செய்து அதில் முழு வெற்றியையும் பெறுவார்.

உயிர்க் குலம் உயர்வதற்காகவே ஒவ்வொருவரும் தம் வாழ்க்கையை அர்ப்பணித்துச் செயல்பட வேண்டும்.

"அன்பு செய், அன்பு செய்," "அர்ப்பணி, அர்ப்பணி," "கொடு, கொடு" என்று ஒவ்வொரு கணமும், ஒவ்வொரு தரம் மூச்சுவிடும்போதும், நம் உடலுக்குள் இருக்கும் ஒவ்வொரு உயிர் அணுவும் ஜபித்துக் கொண்டே இருக்கவேண்டும். இதுதான் முழுமையாக ஜபிக்கும் முறையாகும்.

இதுதான் யோகத்தில் சிறந்த யோகமாகும். மிக உன்னதமான யோகமும் ஆகும்.

இந்த உயர்ந்த யோக முறையானது வாழ்க்கையுடன் வாழ்க்கையாக இணைந்து செயல்படும்போது மனத்தில் நிலையான அமைதி ஏற்படும். எப்போதும் இன்பத்தில் திளைத்துக் கொண்டு இருக்கும்.

எந்தக் காரியத்தையும் அளந்து பார்த்தல், நினைத்துப் பார்த்தல், மயங்குதல், ஒன்றை மற்றொன்றாக எண்ணி பயப்படுதல், சோம்பலால் தூங்கி வழிதல் ஆகிய ஐந்து வகையான சித்த விருத்திகளின் ஆக்கிரமிப்பில் இருந்து, மனம் விடுதலை பெற்றுவிடும்.

மனம் எல்லாவிதமான தொல்லைகளில் இருந்தும் விடுபட்டுவிடும். அது சுதந்திரமாக வான வெளியில் மிதக்கும், சஞ்சாரம் செய்யும்.

இந்த நிலைக்கு உயர்ந்த மனிதனை எல்லா உயிர்களும் வணங்கும், வாழ்த்தும்,

தன்உயிர் தான்அறப் பெற்றானை ஏனைய
மன்உயிர் எல்லாம் தொழும்

என்று சொல்லுகிறது திருக்குறள்.



2. சமாதி பாவநார்த்தக கிளாஷ தான்யூகிராநாராதர்ஷ் சா

அளத்தல், மயங்குதல், திரிதல், தூக்கம், நினைத்தல் ஆகிய இந்த ஐந்து சித்தவிர்த்திகள் (மன அலைகள்) மனத்தின் அமைதியைச் சீர் குலைத்துக் கொண்டு இருப்பவை. இவற்றில் நினைவையும், அளவையும் துணையாகக் கொண்டு மயக்கம், திரிபு, தூக்கம் என்ற மூன்று சித்தவிர்த்திகளின் ஆற்றல்களையும் படிப்படியாக அடக்கி, மனத்தை ஒருமுகப்படுத்தி, அதை நிலையான இன்பத்தை அனுபவிக்கும் படி செய்வதுதான் சமாதி நிலை.

மனத்தின் அமைதியைச் சீர்குலைக்கும் அலைகளைக் குறைப்பதற்குக் கிரியா யோகப் பயிற்சி மிகவும் அவசியம் என்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

பதஞ்சலி முனிவர் சமாதி நிலை பற்றிய ஒவ்வொரு செயலையும் மிக எளிதான சொற்களைக் கொண்டே விளக்குகிறார். ஆனால் கிரியா யோகத்தின் ஜீவநாடியை நாம் மறந்துவிடக்கூடாது. தொடர்ந்து அதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

மனத்தின் அமைதியைச் சீர்குலைத்துக் கொண்டு இருக்கும் இடையூறுகளைக் குறைப்பதற்கு, கிரியா யோகத்தின் ஜீவநாடியை உணர்ந்து கொண்டு செயல்பட்டால்தான் சமாதி நிலையை அடையமுடியும்.

யோக நிறுவனம், யோக ஆசிரமம் முதலியவற்றில் தங்கி, ஆசனம், பிரணாயாமம், தியானம் முதலியவற்றைப் பயில்கிறோம்.

இந்தப் பயிற்சிகள் எல்லாம் கிரியா யோகத்தின் ஜீவநாடிகள்தான். இவையெல்லாம் நாம் தியானத்தைப் பயில்வதற்கும் சமாதி நிலையை அடைவதற்கும் நம்மைத் தயாரிக்கும் உபகரணங்கள்.





3. அவித்யாஸ்மிதா ராகா தேவிஸாபி நிரேபினி விஷஹ கிளிஷஹ

சமாதி நிலையை அடைய முடியாமல் அறியாமை, ஆணவம், ஆசை, வெறுப்பு, உடலின் மீது இருக்கும் பற்று ஆகிய இந்த ஐந்தும் தடை செய்துகொண்டு இருக்கிறது.

இந்தத் தடைகளின் தன்மைகளைப் பற்றிப் பதஞ்சலி முனிவர் பின்வரும் சூத்திரங்களில் படிப்படியாக விளக்குகிறார்.

பதஞ்சலி முனிவர் அறியாமை முதலிய ஐந்து தடைகளின் வரிசைக்கும் முக்கியத்துவம் கொடுத்திருக்கிறார்.

தன்னைத்தான் யார் என்று தெரிந்து கொள்ளாமல் இருக்கும் அறிவின்மையில் இருந்துதான் ஆணவம் தோன்றுகிறது.

இந்த ஆணவத்தில் இருந்துதான் தனக்கு எது தேவை; எது தேவையில்லை என்று புரிந்துகொள்ளாமல், எல்லாப் பொருள்களின் மீதும் ஆசை ஏற்படுகிறது. இவற்றையெல்லாம் தாமே அனுபவித்து இன்புற வேண்டும் என்ற உணர்வும் ஏற்படுகிறது.

இந்த ஆசைகள் நிறைவேறத் தடைகள் ஏற்படும்போது அந்தத் தடைகள் மீது வெறுப்பு ஏற்படுகிறது. நாம் அனுபவித்துக் கொண்டு இருக்கும் பொருள்கள் மீது மற்றவர் ஆசைப்படும் போது அவர்கள் மீதும் வெறுப்பு ஏற்படுகிறது.

இந்த வெறுப்பின் காரணமாகத் தன் உடலின் மீது இருக்கும் பற்று மேலும் மேலும் அதிகமாகிறது. அதனால் இந்த உடம்பை விட்டுவிட்டு இறந்துபோய்விடும்படி நேருமோ என்ற பயமும் ஏற்படுகிறது.

இவ்வாறு அறியாமை, ஆணவம், ஆசை, வெறுப்பு, உடலின் மீது பற்று என்ற ஐந்தும் இருந்து ஒன்றில் ஒன்றாக இதே வரிசையில் தோன்றுகின்றன.





4. அவித்யா க்ஷேத்திரம் உதார்ஷம் பிரஸ்பதா தனு விச்சினாதரணம்

அறியாமை என்றால் என்ன?

மற்றவர்களின் நிலையைப் பற்றிப் புரிந்து கொள்ளாமல், தானே உயர்ந்தவன் என்று நினைப்பதுதான் அறியாமை.

இந்த நிலை ஒருவர் தன் உள் இருப்பதை அறிந்து கொள்ளாமலும் இருக்கலாம்; அவருடைய பலகீனத்தால் அதை அறிந்து கொள்ள முடியாமலும் அதைப்பற்றி அறிந்து கொள்ள உரிய சூழ்நிலை இல்லாமலும் இருக்கலாம். மற்றவர்களைப் புரிந்துகொள்வதற்கு முடியாத இடையூறுகளாகவும் இருக்கலாம்.

ஒரு குழந்தையின் ஆரம்ப நிலையைப் பற்றிச் சொன்னால் அறியாமையைப் பற்றி நீங்கள் புரிந்துகொள்ளலாம் என்று நினைக்கிறேன்.

பத்து மாதக் குழந்தைக்கு ஒரு பொருளின் தன்மையைப் பற்றிப் புரிந்துகொள்ள முடியுமா? முடியாது.

ஏன்? அந்தப் பொருளைப் பற்றி அறிந்துகொள்ளும் அறிவு அதற்கு இன்னும் ஏற்படவில்லை.

நாம் ஒரு குழந்தையைப் பார்க்கிறோம். அதன் செயல்களையும் பார்க்கிறோம். அப்போது இந்தக் குழந்தை எவ்வளவு களங்கமில்லாமல் இருக்கிறது என்று வியக்கிறோம்.

இதுதான் அறியாமையின் முதல்நிலை. இதை மறைமுக நிலை என்று பதஞ்சலி முனிவர் சொல்கிறார்.

குழந்தை வளர வளர, அதற்கு ஒவ்வொரு பொருளைப் பற்றியும் புரிந்துகொள்ளும் அறிவு ஏற்பட்டு விடுகிறது. இப்போது அந்தக் குழந்தையின் அறியாமை நீங்கி விடுகிறது. அந்தக் குழந்தையிடம் முன் நாம் பார்த்த களங்கமில்லாத தன்மையும் மறைந்து விடுகிறது.

குழந்தை போதுமான அளவு வளர்ச்சி பெற்றவுடன் அதனிடம் இருந்த அறியாமையும், அதன் விவேகத்தை மறைத்துக்கொண்டிருந்த இருளும் மறைந்துவிடுகிறது. அதன் அறிவில் இப்போது நல்ல தெளிவு ஏற்பட்டு விடுகிறது.

அறியாமையின் முதல் நிலை ஆகிய மறைமுக நிலையைப்பற்றிப் புரிந்துகொண்டோம்.

இப்போது அறியாமையின் இரண்டாவது நிலையாகிய, பலகீன நிலையைப் பார்ப்போம்.

இதற்கு யோகப் பயிற்சியில் ஓரளவு முன்னேறியவரைப் பற்றித் தெரிந்து கொண்டால் போதும்.

இந்த நிலையைப் பெற்ற ஒரு மனிதன் அவன் உள்ளே இருக்கும் இயற்கை உண்மையை அறிந்து கொள்வதற்கு முயலும் ஆரம்ப நிலையில் இருக்கிறார். அப்போது அவருக்கு ஏற்படும் சஞ்சலத்தைப் பற்றியது இந்த நிலை.

அவர் தம் உள் இருக்கும் இயற்கை உண்மையைப் பற்றித் தெளிவாகத் தெரிந்துகொள்ள முடியாமல் சஞ்சலப் பட்டாலும், அவருக்குள் இருக்கும் இயற்கை உண்மையின் சூட்சமம் ஓரளவு அவருக்குத் தெரிகிறது. இருந்தாலும் அதைப் பற்றிய தெளிவின்மையும் அவரிடம் இருக்கிறது. அது அவரது கனவு நிலையில் தோன்றுகிறது.

இதைத்தான் கனவில் இல்லாதது நனவிலும் இல்லை என்று சொல்வார்கள் ஞானயோகிகள்.

இயற்கை உண்மையானது அவருடைய மனமான ஏரிக்குள், அடியில் மறைந்து கிடக்கிறது. காரணம் இயற்கை உண்மையைப் பற்றிப் புரிந்து கொள்வதற்கு வேண்டிய முழுப்

பயிற்சியும் அவர் பெறவில்லை. அதனால் அடி மனத்தில் இயற்கை உண்மை தூங்கிக்கொண்டு இருக்கிறது.

இப்போது அறியாமையின் மூன்றாவது நிலையைப் பார்ப்போம்.

அறியாமையின் மூன்றாவது நிலை நம் முன் இருக்கும் இயற்கை உண்மையைத் தெரிந்து கொள்ளாமல் செய்யும் தடைகளில் இருந்து விடுபடுவது.

இதற்கு யோகப் பயிற்சியின் தொடக்க நிலையில் இருப்பவரின் மனநிலையைப் புரிந்து கொண்டால் போதும்.

இயற்கை உண்மையை நாம் தெரிந்துகொள்ளாமல் எது நம்மை மயக்குகிறது? எது தடை செய்கிறது? இந்த மயக்கமும் தடைகளும் தற்காலிகமாக இருப்பவைதான்.

இதிலிருந்து விடுபடுவதற்குத் தொடர்ந்து வாழ்க்கையில் உயர்ந்த பண்புகளைப் பயிலவேண்டும்.

அவை ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கம், சத்திய ஒழுக்கம், கடமையை நிறைவேற்றும் ஒழுக்கம், எந்த நிலையிலும் ஆனந்தத்துடன் இருக்கும் ஒழுக்கம் முதலியவையாகும்.

இந்த ஒழுக்கங்களை வாழ்க்கையில் தொடர்ந்து மேற்கொள்ளத் தவறிவிட்டோமானால், அடி மனத்தில் தூங்கிக் கொண்டிருக்கும் சூட்சமமான இயற்கை உண்மையை மேலே வரமுடியாமல் செய்துகொண்டிருக்கும் தடைகள் மேலும் மேலும் வளர்ந்துவிடும், இயற்கை உண்மையைப் பற்றிய அறிவை நாம் பெற முடியாமல் செய்துவிடும்.

இதைத்தான்,

இடுக்கண் வருங்கால் நகுக; அதனை
அடுத்து ஊர்வது அஃது ஒப்பது இல்

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

துன்பத்தைக் கண்டு துவண்டுவிடக்கூடாது. அதை எதிர்த்துச் சிரித்து ஒதுக்கி விடவேண்டும். அப்படிச் செய்வதால் துன்பம் தானே ஓடி மறைந்துவிடுகிறது. துன்பத்தில் இருந்து விடுபடுவதற்கு இதைவிடச் சிறந்த வழி வேறு ஒன்றுமில்லை என்பது இந்தச் செய்யுளின் பொருள்.

அறியாமையின் நாலாவது நிலையைப் பார்ப்போம்.

இதைச் சாதாரணப் பொது மக்களிடம் காணலாம்.

சாதாரண மக்களிடம் எதைப்பற்றிய குறிக்கோளும் தொடர்ந்து இருக்காது. ஒன்றில் இருந்து ஒன்றுக்குத் தாவிக் கொண்டு இருப்பார்கள். எப்போதும் எதிலும் அவர்களுக்கு நிலையான அறிவு இருக்காது. இதனால் அவர்கள் வாழ்க்கையில் பல முரண்பாடுகள் ஏற்படுகின்றன.

காரணம் குறிப்பிட்ட ஒரு குறிக்கோளுடன் தாங்கள் வாழவேண்டும், என்று தங்கள் வாழ்க்கையை அவர்கள் அமைத்துக் கொள்ளாததுதான்.

இதை,

முறைப்படச் சூழ்ந்தும் முடிவு இலவே செய்வர்
திறப்பாடு இலாஅதவர்

என்கிறது திருக்குறள்.

நன்கு அறிந்து செயல்படுவதற்கு ஒரு திட்டத்தை வகுத்துக் கொண்டவர்கள் கூட அதன்படி நடக்காமல், தனக்குத் தோன்றியபடி எல்லாம் செய்ய ஆரம்பித்து விடுகிறார்கள். காரணம் எடுத்த காரியத்தைச் சிறப்பாக முடிக்கும் திறமை அவர்களிடம் இல்லாததுதான் என்பது இந்தச் செய்யுளின் பொருள்.

நாம் மேலே சொல்லப்பட்ட நான்கு வகையான அறியாமையில் இருந்து விடுதலை பெற்றுவிட்டோமா என்பதை முதலில் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இதற்கு நம் மனம் நம் வாழ்க்கையில் நமக்கு எப்படி உதவிக் கொண்டிருக்கிறது என்பதைக் கவனித்தால் புரிந்து கொள்ளலாம்.

"நம் அறிவுக்கு மறைமுகமாக ஏற்படும் தடைகளை முழுமையாக நீக்கிவிட்டோமா?

"அறிவைத் தடை செய்து கொண்டிருக்கும் மறைமுகமான தடைகள், அடி மனத்தில் அவற்றின் நுட்பமான வடிவங்களில் மறைந்து கொண்டு இருக்கின்றனவா?

''அன்பு, உண்மைஉடைமை முதலிய நல்ல குணங்களால் மறைமுகமான அந்தத் தடைகளை முழுமையாகப் போக்கிவிட்டோமா?

அல்லது அந்தத் தடைகள் நுட்பமாக நம் அடி மனத்தில் இருந்து கொண்டு நம்மை அடக்கி ஆண்டு கொண்டிருக்கின்றவா?'' என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அறியாமையின் அடிப்படைகள் எப்படி வேலை செய்கின்றன என்பதைப் புரிந்து கொள்ளவேண்டும். இதைப் புரிந்துகொள்வதற்கு உரிய வழிகாட்டியும் இருக்கிறது.

அருமையான நாடகம் ஒன்று நடக்கிறது. இந்த நாடகத்துக்கு நம்மை அழைத்துச் செல்வதற்கு ஒரு நண்பர் வருகிறார்.

முதலில் நண்பருடன் சேர்ந்து நாடகத்துக்குச் செல்ல விரும்புகிறோம். அடுத்த கணம் நம் மனத்தில் ஒரு போராட்டம் நடைபெறுகிறது.

''இதே நாடகத்தைப் பலமுறை பார்த்து நாம் அனுபவித்து இருக்கிறோமே! இதனால் நமக்கு என்ன பயன் ஏற்பட்டது? உருப்படியான பயன் ஒன்றும் ஏற்படவில்லையே! இந்த நாடகத்துக்கு ஏன் போக வேண்டும்?

இந்த நாடகத்துக்குப் போய் நேரத்தை வீணாக்கு வதைவிட ராஜயோக வகுப்புக்குச் சென்றால் நல்ல பயன் பெறலாமே'' என்று முடிவு செய்கிறோம்.

நாடகத்துக்குப் போகலாம் என்று முதலில் நினைத்தோம் அல்லவா?

இந்த நினைப்பை ஏற்படுத்தியது எது?

நாடகம் பார்ப்பதில், முன்பு நாம் பெற்ற இனிய அனுபவங்கள் நம் அடி மனத்தில் இருந்து நம்மை மீண்டும் நாடகம் பார்க்கும் உணர்வை ஏற்படுத்தி உந்தி இருக்கிறது.

இந்த உணர்விலிருந்து நாம் விடுதலைப் பெற்று விட்டோம். ராஜயோகத்துக்குச் செல்வது என்று முடிவு செய்து விட்டோம்.

இப்படி நாம் ஏன் முடிவு செய்தோம்?

ராஜயோக வகுப்புக்களில் நாம் அடையும் உண்மை உடைமை, ஒழுக்கம் உடைமை முதலிய உயர்ந்த பண்புகளின் பயிற்சியினால் நாம்' அடைந்திருக்கும் உயர்வான புனித அனுபவம்தான்.

இத்தகைய ஒழுக்கப் பயிற்சிகளைத் தொடர்ந்து மேற்கொள்ள வேண்டும். அப்படி மேற்கொள்ளும்போது நம் அறிவுக்குத் தடையாக இருக்கும் ஆற்றல்கள் அடி மனத்திலேயே அடக்கி ஒடுக்கப்பட்டு விடுகின்றன.

அப்படி அவை அடக்கி ஒடுக்கப்பட்டாலும், அவற்றின் நுட்பமான ஆற்றலின் வடிவங்கள் அடி மனத்துக்குள் நாம் உணர்ந்து கொள்ள முடியாதபடி மறைந்து கொண்டு இருக்கின்றன.

அவ்வப்போது அவற்றின் ஆற்றல் பெருகி, நம் அடி மனத்தில் அவை இருப்பதை நமக்கு நினைவூட்டிக்கொண்டும் இருக்கின்றன.

இதனால்தான் நாம் நம் நண்பர் நாடகத்துக்கு அழைக்கும்போது அவருடன் செல்வதற்கு முதலில் முடிவு செய்தோம்.

இதற்குக் காரணம் முன்பு நாம் பார்த்த நாடகத்தில் நமக்கு ஏற்பட்ட இனிமையைக் கொடுப்பது போன்ற இடைக்கால அனுபவம்தான்.

இந்த நிலையற்ற அனுபவம் நாடகத்துக்கு நம்மைச் செல்ல உந்தினாலும், அதனால் ஒரு பயனும் இல்லை என்ற உணர்வு அந்த விருப்பத்தை ஒதுக்கும்படிச் செய்துவிட்டது.

யோகப் பயிற்சியில் ஆரம்ப நிலையில் இருப்பவர் களாலும், அதில் ஓரளவு வெற்றி பெற்றவர்களாலும்தான் இந்த முடிவுக்கு வரமுடியும்.

சாதாரண நிலையில் இருக்கும் பொது மக்கள், நண்பர் நாடகத்துக்கு அழைத்தவுடனேயே அவருடன் மிகுந்த உற்சாகத்துடன் சென்றுவிடுவார்கள்.

நாடகம் முடிந்தவுடன் இரவு இரண்டாவது சினிமாக் காட்சிக்கும் செல்வார்கள். வாழ்க்கையின் அடிப்படையான இயற்கை உண்மையை அனுபவிக்காமல் வெறும் பொழுது போக்கிலேயே விலங்குகள் போல் காலத்தைக் கழித்துக் கொண்டு இருப்பார்கள். தம் அழிவை நோக்கியே சென்று கொண்டு இருப்பார்கள்.

இதைத்தான் 'அழிதல் அழகு அலவே!' என்று ஞானயோகிகள் நம்மை எச்சரிக்கிறார்கள்.

இந்த எச்சரிக்கையைப் புரிந்து கொள்ளாதவர்களைச் 'சகலர்' என்று தத்துவ ஞானிகள் சொல்கிறார்கள்.

இவர்கள் வாழ்க்கையில் ஏற்படும் முரண்பாடுகளைப் பார்த்து, அன்பு முதலிய நல்ல பண்புகளை வாழ்க்கையில் மேற்கொள்பவர்களைப் 'பிரளாயகலர்' அதாவது புரட்சியாளர்கள் என்று போற்றுவார்கள்.

இவர்கள் யோக வாழ்க்கையின் முதல்படியில் அடி எடுத்து வைப்பார்கள்.

தொடர்ந்து யோக வாழ்க்கையை மேற்கொண்டு தெளிவான அறிவைப் பெற்று விளங்குபவர்களைத் தத்துவ ஞானிகள் 'விஞ்ஞானகலர்' அதாவது அறிவுடையோர் என்று பாராட்டுவார்கள்.

இன்னும் மேலே சென்று, தம் உள் இருக்கும் இயற்கை உண்மையாகிய இறைவனை அனுபவிப்பவர்களைச் 'சுத்தர்' என்று 'சித்தர்' என்றும் ஞானிகள் புகழ்ந்து மகிழ்வார்கள்.

அறியாமை என்பது நிலையற்றதை நிலையாமை என்று சொல்வதும், துன்பத்தை இன்பம் என்று நம்புவதும், –

அசுத்தமான பொருளை சுத்தமான பொருள் என்று நினைப்பதும், –

உயிர் இல்லாத பொருளை உயிர் உள்ள பொருள் என்று கருதுவதுமாகும்.

சுருக்கமாகச் சொல்ல வேண்டுமானால் ஒரு பொருளுக்கும், இன்னொரு பொருளுக்கும் உள்ள

வேறுபாட்டை நன்கு உணர்ந்துகொண்டு செயல்படும் ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கம்தான் அறிவுடைமையாகும்.

இதைத்தான்,

அறிவினால் ஆகுவது உண்டோ பிறிதின்நோய்
தன் நோய்போல் போற்றாக் கடை

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

அறியாமை என்றால் என்ன என்பதைப் பற்றிப் பதஞ்சலி முனிவர் இந்தச் சூத்திரத்தில் சொல்லுகிறார்.

நீங்கள் இதுவரையில் பார்த்திராத ஒரு கனியை நான் உங்களிடம் காண்பிக்கிறேன்.

அந்தப் பழத்தைப் பார்த்தவுடன், "நீங்கள் காட்டும் பழத்தை நாங்கள் பார்த்ததில்லை. அதைப்பற்றி ஒன்றுமே தெரியாது" என்றுதானே சொல்வீர்கள்.

இப்படி நீங்கள் சொல்வதுதான் அறியாமை என்று பொதுவாக எல்லாரும் சொல்லிக்கொண்டு இருக்கிறார்கள். இது ஒரு பொருளைப் பற்றிய விஷயத்தைத் தெரிந்து கொள்ளாத சாதாரண நிலைதான்.

பதஞ்சலி முனிவர் இந்த சூத்திரத்தில் சொல்வது இதிலிருந்து முழுவதும் வேறுபட்ட ஒரு செய்தியாகும்.

அறியாமையின் அடிப்படையைப் பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் என்ன சொல்கிறார்?

"நான் அல்லாததை 'நான்' என்று சொல்லுவதுதான் அறியாமை" என்கிறார்.

நான் என்பது என்ன? நான் அல்லாதது என்பது என்ன?

நான் என்பது எப்போதும் மாறாதது. நம் உள் இருப்பது. இதுதான் எல்லாப் பொருள்களுக்கும் அடிப்படையான பொருளாகும்.

நான் என்பதை விலக்கிவிட்டுப் பார்த்தால் எல்லாப் பொருள்களும் பொருள்களே அல்ல என்பதைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

"உலகம் வேறு, உயிர் அதாவது நான் என்பது வேறு" என்று எண்ணிக் கொண்டு இருக்கிறோம். இதுதான் அறியாமை.

நீலக்கண்ணாடியைப் போட்டுக்கொண்டு வெளி உலகத்தைப் பார்த்தோமானால் எல்லாப் பொருள்களும் நீலமாகவே தெரியும்.

சிவப்புக் கண்ணாடியைப் போட்டுக்கொண்டு வெளி உலகத்தில் இருக்கும் பொருள்களைப் பார்த்தோமானால் அவை எல்லாம் சிவப்பாகவே தெரியும்.

உண்மையில் உலகமோ, உலகத்தில் இருக்கும் பொருள்களோ நீல நிறமாகவும், சிவப்பு நிறமாகவும் இல்லை.

நாம் போட்டுக்கொண்டிருக்கும் கண்ணாடியின் நிறத்தினால்தான் இந்த நிற மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன.

கண்ணாடி என்பது மனம். கண் என்பது உயிர்.

ஒருவருடைய உயிரும் மனமும் மாறுவதற்கு ஏற்ப அவருக்கு உலகம் காட்சி தருகிறது!

இப்படி ஏன் மாறுகிறது என்பதைப் புரிந்துகொண்டால் தான் எது இன்பத்தைக் கொடுப்பது, எது துன்பத்தைக் கொடுப்பது என்பதைப் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

எது நிலையானது, எது நிலையற்றது என்பதையும் புரிந்துகொள்ள முடியும்.

இத்தகைய வேறுபாட்டை புரிந்துகொள்வதுதான் வாழும் முறையாகும். இதைத்தான், "தன்னை அறிந்து இன்பம் உறுதல்" என்கின்றனர் ஞான யோகிகள்.

இந்த மாதிரியான அறிவு இல்லாததைத்தான் அறியாமை என்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

மாறும் இயல்பு உடையவற்றை மாறாத இயல்பு உடையவை என்று எண்ணுவதுதான் அறியாமை.

மாறுவது எதுவும் நிலையான உயிராக, அதாவது ஆன்மாவாக இருக்க முடியாது.

நம்முடைய உடல் ஒவ்வொரு கணமும் மாறிக்கொண்டே இருக்கிறது. அதனால் நம்முடைய உடலை உயிர் என்று அதாவது ஆன்மா என்று சொல்ல முடியாது.

உடம்பிற்குள் இருக்கும் உயிர், தான் இருக்கும் உடம்பை என்னுடைய உடம்பு என்று சொல்கிறது.

இதிலிருந்து உடம்பு வேறு, உயிர் வேறு என்பதைத் தெளிவாகப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

ஆனால் நாம் எல்லாரும் நம் உடம்பைத்தான் நாம் என்று சொல்லுகிறோம்.

"நான் நொண்டியாக இருக்கிறேன். நான் முடமாக இருக்கிறேன். நான் சிவப்பாக இருக்கிறேன். நான் கருப்பாக இருக்கிறேன்" என்றுதான் சொல்கிறோம்.

இப்படிச் சொல்வதற்கு என்ன காரணம்? நம் உடம்பையே நம்முடைய உயிர் அதாவது ஆன்மா என்று எண்ணிக்கொண்டு சொல்கிறோம்.

இப்படிச் சொல்வதெல்லாம் உடம்பைப் பற்றிய விஷயங்களே தவிர, உயிரைப் பற்றிய அதாவது ஆன்மாவைப் பற்றிய விஷயங்கள் அல்ல.

"என் உடல் ஒரே அடியாக வலிக்கிறது" என்று சொல்லும்போது நம் உயிராகிய ஆன்மாவைப் பற்றிச் சொல்ல வில்லை. உயிருக்குரிய உடலைத்தான் சொல்கிறோம். உடம்பு நம்முடையது என்ற உண்மையைச் சொல்கிறோம்.

சில சயமங்களில், "எனக்கு ஜுரம் அடிக்கிறது" என்று சொல்கிறோம்.

ஜுரம் யாருக்கு வந்திருக்கிறது? உயிருக்கா? உடம்புக்கா?

உடம்புக்குத்தான் ஜுரம். உயிருக்கு இல்லை.

உடம்புக்குத்தான் ஜுரம் என்ற உண்மையை நாம் அறிந்துகொள்ளாத போது, உயிர் அல்லாத அதாவது ஆன்மா அல்லாத உடம்பை உயிர் என்றும், ஆன்மா என்றும் எண்ணிக் கொள்கிறோம். இதுதான் அறியாமையின் அடிப்படையாகும்.

நான் அல்லாததை நான் என்று சொல்வது அடிப்படையில் அறியாமையாக இருப்பதால்தான், –

துன்பத்தை இன்பமாக நினைப்பதும், தூய்மை இல்லாத ஒன்றைத் தூய்மையானது என்று சொல்வதும், நிலையற்றதை நிலையானது என்று எண்ணுவதும் ஆகும்.

உடம்பை 'உயிர் ஆன்மா' என்று எண்ணுவது போலவே, மனதையும் உயிர் என்றும் ஆன்மா என்றும் எண்ணுவது தவறாகும்.

நான் என்று மனதைச் சொல்லுகிறோம். அப்படிச் சொல்வதும் தவறாகும்.

காரணம் உடம்பும், மனமும் உயிரைப் போல, ஆன்மாவைப் போல எதையும் உணர்ந்துகொள்ளும் ஆற்றல் உடையவை அல்ல.

இவற்றை ஜடம் என்று சொல்வார்கள்.

மனத்தினால் நான் மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கிறேன் என்றோ, எல்லாவற்றையும் அறிந்திருக்கிறேன் என்றோ சொல்ல முடியாது.

அப்படிச் சொல்லும் தகுதி உயிராகிய ஆன்மாவுக்குத் தான் உண்டு.

இந்த உண்மையை ஒருவர் நன்கு புரிந்துகொண்டு விட்டால் அவருடைய அமைதியை, ஆன்ம இன்பத்தை எதனாலும் குலைத்துவிட முடியாது.

உடம்பையும் மனதையும் உணர்வுடையன என்று எண்ணுவதால்தான் அமைதி குலைகிறது. துன்பம் ஏற்படுகிறது.

ரயிலில் பிரயாணம் செய்துகொண்டு இருக்கிறோம். தூரத்தில் இருக்கும் பொருட்கள் நம் அருகில் வருவது போலவும், நம் அருகில் இருக்கும் பொருள்கள் தூரத்தில் சென்றுவிடுவது போலவும் தோன்றுகின்றன.

உண்மையில் அந்தப் பொருள்கள் தூரத்திலும் இல்லை; அருகிலும் இல்லை. அவை அவை இருக்கும் இடத்தில் அசையாமலே இருக்கின்றன; இதுதான் உண்மை.

இந்த உண்மையைத் தெரிந்துகொண்டால்,

"அறிவுதான் இன்பம்! இன்பம் நிலையானது. மாற்றம் இல்லாதது! எல்லா நிலைகளிலும் நம் உயிர் அதாவது ஆன்மாதான் அறிவு! ஆன்மாவினால் அடையும் இன்பம் நிலையானது" என்று நாம் ஆனந்தக் கூத்தாடலாம்.

இப்போது யோகத்தைப் பற்றியும், யோகப் பயிற்சியினால் ஏற்படும் பயன் என்ன என்பதைப் பற்றியும், யோகத்தைப் பயில்கிறவர்கள் யார் என்பதைப் பற்றியும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

யார் ஜபம் செய்கிறார்? யார் தியானம் செய்கிறார்?

ஜபம், தியானம் என்ற இரண்டும், உடம்பும் மனமும் சேர்ந்து உயிரின் துணையைக் கொண்டு – அதாவது ஆன்மாவின் துணையைக் கொண்டு செயல்படும் போதுதான் நடைபெற முடியும்.

மனம் மட்டும் ஜபம் செய்துகொண்டு இருந்தால் அதாவது ஒரு குறிப்பிட்ட மந்திரத்தைப் பற்றி நினைத்துக் கொண்டு இருந்தால் அதற்கு அஜபம் என்று பெயர். அதாவது ஜபம் அல்ல என்று பெயர்.

உயிரின் துணையினால் மந்திரத்தை ஓதும் போதுதான் அது ஜபம் ஆகிறது.

ஒரே திசையில் செல்லும் எண்ணங்களை ஒரு குறிப்பிட்ட பொருளின் மீது உயிரின் துணையினால் நிலைக்கும்படிச் செய்வதுதான் தியானம்.

இது அட்டாங்க யோகத்தில் தாரணை என்பதற்கு அடுத்த ஏழாவது அங்கமாகும்.

உடம்பும், மனமும் உயிரின் துணையைக் கொண்டு ஒன்று சேர்ந்துதான் ஜபிக்கவோ, தியானிக்கவோ முடியும்.

உயிருடன் சேராமல் உடம்பும் மனமும் தனிமையாக தியானமோ, ஜபமோ செய்ய முடியும் என்று எண்ணுவது அறியாமையின் செயலாகும். அறியாமையை நாம் அறியாமையின் துணையைக் கொண்டு நீக்க முடியுமா? முடியாது.

அறிவைக்கொண்டுதான் அறிவைப் பெருக்கிக் கொள்ள முடியும்.

சிறிய விளக்கில் இருந்து பெரிய விளக்கை ஏற்றிக் கொள்ள முடியும்.

உயிர் அதாவது ஆத்மாதான் அறிவுடையது. உடம்போ, மனமோ அறிவுடையன அல்ல. இதனால் அவற்றை ஜடப் பொருள் என்றும் அசேதனப் பொருள் என்றும் சொல்வார்கள்.

அசேதனப் பொருளை சேதனப் பொருளாக மாற்றுவதும், ஜடப்பொருளை உயிர் உள்ள பொருளாக மாற்றுவதும்தான் யோகத்தினால் ஏற்படும் பயனாகும்.

இதை, "ஊன் உடம்பே ஒளி உடம்பாய் ஓங்கி நிற்க ஞான அமுது எனக்கு நல்கியதே ... அருட்பெரும் ஜோதி!" என்கிறார் திருஅருட்பிரகாசர்.

அறிவு என்ற ஒளியின் மூலமாகத்தான் அறியாமை என்ற இருளைப் போக்க முடியும்.

இதை நன்கு புரிந்துகொள்வதற்கு ஒரு சம்பவத்தைச் சொன்னால் புரியும் என்று நினைக்கிறேன்.

ஒரு நாள் மாலை அந்தி மயங்கும் நேரம். வீட்டுக்குள் இருந்த ஒருவர், தன் வீட்டுத் தோட்டத்துக்குச் சென்றார்.

சட்டென்று தம் எதிரில் ஒரு நீளமான பாம்பு படுத்துக்கிடப்பதைப் பார்த்தார். ஒரு கணம் அவருக்குப் பயத்தினால் பேச்சே வரவில்லை. அடுத்த கணம் "பாம்பு! பாம்பு!" என்று பயங்கரமாக அலறினார்.

அவர் போட்ட சத்தத்தைக் கேட்டு அக்கம் பக்கத்தில் உள்ளவர்கள் எல்லாம் ஆளுக்கு ஒரு தடியைத் தூக்கிக் கொண்டு அவர் இருந்த இடத்துக்கு வந்துவிட்டனர்.

அவர் காட்டிய திசையில் ஒரு நீளமான பாம்பு இரையை விழுங்கிவிட்டு நகர முடியாமல் படுத்திருப்பதைப் பார்த்தனர்.

கூட்டத்தில் இருந்த ஒருவர் மிகுந்த தைர்யத்துடன் அடிமேல் அடிவைத்து மெதுவாகப் பாம்பு படுத்துக் கிடக்கும் இடத்தை நோக்கித் தடியைத் தூக்கிக்கொண்டு போனார்.

பாம்பின் அருகில் சென்றதும் மின்னல் வேகத்தில் தம் கையில் இருந்த தடியால் பாம்பை அடியோ அடி என்று அடித்தார். கூட்டத்தில் இருந்தவர்களும் பாம்பை அடித்தனர்.

பாம்பு எப்படிப் படுத்துக் கிடந்ததோ அப்படியே கிடந்தது.

அந்தச் சமயத்தில் ஒரு பெரியவர் லாந்தர் விளக்கை எடுத்துக் கொண்டு அங்கு வந்தார்.

பாம்பு அடிபட்டுக் கிடந்த இடத்துக்கு அருகில் லாந்தர் விளக்குடன் சென்றார். அங்கு சூழ்ந்திருந்த இருள் லாந்தர் விளக்கின் வெளிச்சத்தால் மறைந்துவிட்டது.

பிரகாசமான வெளிச்சத்தில் அடிபட்டுக் கிடந்த பாம்பைப் பார்த்தார்கள். அடுத்த கணம் அந்தக் கூட்டத்தில் இருந்தவர்கள் எல்லாரும் விழுந்து விழுந்து சிரித்தார்கள்.

காரணம் அங்கு அடிபட்டுக் கிடந்தது பாம்பு அல்ல. கனமான ஒரு நீண்ட தாம்புக் கயிறு.

தாம்புக் கயிற்றை பாம்பு என்று ஏன் நினைத்தார்கள்? இருட்டினால் அது பாம்பா, தாம்புக் கயிறா என்று அவர்களால் புரிந்துகொள்ள முடியவில்லை.

தாம்புக் கயிற்றை, தாம்புக் கயிறுதான் பாம்பு அல்ல என்று தெரிந்து கொள்வதற்கு லாந்தர் விளக்கின் வெளிச்சம் தேவையாக இருந்தது.

இதுபோல நமக்கும் உலகைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்வதற்கு ஞான விளக்குத் தேவை.

ஞான விளக்கின் மூலமாகத்தான் உலகத்தையும், நம்மையும் வேறுபடுத்திப் புரிந்துகொள்ள முடியும்.

உலகம் மாறுபடுவதாகத் தோன்றுவதற்குக் காரணம் நம்மிடம் ஞான விளக்கு இல்லாததுதான்.

இதைத்தான், “நான் ஆர் எனக்கு என ஓர் ஞான உணர்வு ஏது ? சிவம் ஊண் நாடி நில்லாவிடில்” என்கின்றனர் ஞானபுருஷர்கள்.

மேலே காட்டிய சம்பவத்தின் மூலமாக இன்னொரு உண்மையையும் புரிந்துகொள்ளலாம்.

பகல் பொழுது மறைந்து இரவுப்பொழுது வருகின்ற சமயத்தை சந்திப்பொழுது என்று சொல்வார்கள்.

வெளிச்சம் மறைந்து இருள் தோன்றுவதைப் பார்க்கிறோம்.

இந்தச் சமயத்தில்தான் எல்லா வகையான குழப்பங்களும் ஏற்படுகின்றன.

ஏன் ? முழு இருட்டாக இருந்தால் ஒன்றுமே தெரியாது. பாம்பு கிடந்தாலும் தெரியாது. தாம்புக் கயிறு கிடந்தாலும் தெரியாது.

பகல் வெளிச்சத்தில் தாம்புக்கயிறு தாம்புக்கயிறாகத் தான் தோன்றும். பாம்பும் பாம்பாகத்தான் தோன்றும். ஒன்றை மற்றொன்றாகப் பார்த்து மிரள முடியாது.

உலகத்தில் நமக்கு ஏற்படும் துன்பங்களுக்கெல்லாம் காரணம் என்ன தெரியுமா ?

உண்மையை, இயற்கை உண்மையை முழுமையைப் புரிந்துகொள்ள முடியாமல் இருக்கும் அறியாமைதான்.

இதைத்தான், “மருண்டவன் கண்ணுக்கு இருண்ட தெல்லாம் பேய்” என்பார்கள்.

பரிபூரணமான ஞானிக்கும் யோகப் பயிற்சி வேண்டியதில்லை.

ஒன்றும் தெரியாத அஞ்ஞானிக்கும் யோகப் பயிற்சி வேண்டியதில்லை.

இந்த இரண்டு நிலைகளுக்கும் நடுவில் இருப்பவர் களுக்குத்தான், சந்திப் பொழுதில் இருப்பவர்களுக்குத்தான் யோகப் பயிற்சி வேண்டும்.

அறியாமை இருளிலிருந்து ஞான ஒளிக்கு வருவதற்காகத்தான், ஞான ஒளி பெற வேண்டும் என்று விரும்புகின்றவர்கள்தான் யோகப் பயிற்சியை மேற்கொள் கிறார்கள்.



**5. அநுத்யாகசிது; காநாத்மஸு நித்யசுசி
சுகாத்மக் யாதி ரவித் யா ||**

பதஞ்சலி யோகம் சாதன பாதத்தின் மேலே இருக்கும் ஐந்தாவது சூத்திரத்தைப் பற்றிய விளக்கத்தைச் முன் பக்கங்களில் படித்தீர்கள்.

இப்போது ஆறாவது சூத்திரத்தையும் அதைப் பற்றிய விரிவுரையையும் பாருங்கள்.





6. த்ருக் தர்சன சக்த் யோரே காத்மனத வாஸ்மிதா ||

அகந்தை என்பது என்ன?

வெளி உலகத்தில் இருக்கும் எல்லாப் பொருள்களையும் உயிர்தான் பார்க்கிறது.

உயிருக்கு உதவி செய்யும் கருவிகள்தான் மனமும், புலனும், பொறிகளும் ஆகும்.

இந்தக் கருவிகளையே உயிராக எண்ணுவதுதான் அகந்தையாகும்.

அகம் என்ற அறிவு சிதைந்துபோன கந்தையான ஒரு நிலையைத்தான்.

இந்தச் சூத்திரத்தில் பதஞ்சலி முனிவர் அகந்தையைப் பற்றி அதாவது ஆணவத்தைப் பற்றி விளக்கிச் சொல்கிறார்.

ஆணவம் என்பது உண்மையான உயிரை அதாவது ஆன்மாவை மனமாகவும், புலன்களாகவும் தோன்றும்படிச் செய்வது.

ஆன்மாதான் உண்மையாக எல்லாவற்றையும் பார்ப்பது. இதுதான் இயற்கையான உண்மை ஆன்மாவாகும்.

மனத்தையும், புலன்களையும், பொறிகளையும் ஆன்மா என்று எண்ணுவது செயற்கையான ஆன்மாவாகும். இது வெறும் கற்பனை.

அறியாமையிலிருந்து விடுபடும் வரையில் ஆணவம்தான் ஆன்மாவாக நடிக்கிறது. அதை நாமும் உண்மை என்று எண்ணி தவறு செய்து கொண்டிருக்கிறோம்.

நான் என்ற உணர்வு இரண்டு வகையில் தோன்றுகிறது.

முதல் வகையான நான் என்பதுதான் ஆன்மாவாகிய உயிரைக் குறிப்பது.

மற்றது கற்பனையாகச் சொல்லும் நான் என்பது. இதிலிருந்து விடுதலைப் பெறுவதுதான், ஆணவத்தில் இருந்து நாம் விடுதலை பெறுவதாகும்.

ஆணவத்திலிருந்து விடுதலை பெற்றால்தான் நாம் உள்ளதை உள்ளபடியே அறிந்து கொள்ள முடியும்.

ஆணவத்திலிருந்து விடுதலை பெறுவது எப்படி ?

யோக சாத்திரத்தின் முழு நோக்கமும் ஆணவத்திலிருந்து நம்மை விடுவிப்பதுதான்.

அப்படி ஆணவத்திலிருந்து நம்மை விடுவிப்பதற்கு யோகப் பயிற்சி எப்படி உதவுகிறது ?

இதை ஒரு எழுத்தை மற்றொரு எழுத்தாக எப்படி மாற்றுவது என்பதைத் தெரிந்துகொள்வதன் மூலமாக உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

'க', 'க்' என்ற இரண்டு எழுத்துக்கும் மேலெழுந்த வாரியாகப் பார்த்தால் ஒரே மாதிரியாகத்தான் தோன்றுகின்றன.

சற்று கூர்ந்து பார்த்தால் அவற்றில் ஒரு எழுத்தின்மீது ஒரு புள்ளி இருப்பதைப் பார்க்கலாம்.

அந்தப் புள்ளி என்ன செய்கிறது? ஒரு மாத்திரை ஒலி அளவுடைய 'க' என்ற எழுத்தின் மீது புள்ளியை வைத்தால், அது, அரை மாத்திரை ஒலி அளவுடன் கூடிய 'க்' என்ற எழுத்தாக மாறிவிடுகிறது.

'க்' என்ற எழுத்தின் மீது இருக்கும் புள்ளியை எடுத்து விட்டால் அதுவே ஒரு மாத்திரை ஒலி அளவை உடைய 'க' என்ற எழுத்தாக மாறிவிடுகிறது.

இதைப்போலவே நான் என்ற சொல் உயிரையே குறிப்பிடவேண்டும். அப்படிக் குறிப்பிடாமல் புலன் பொறிகளையும் மனதையும் குறிப்பிட நேர்வது எப்படி?

உயிர் அதாவது ஆன்மா வேறு. ஆன்மா பயன்படுத்தும் கருவிகள் வேறு என்பதைத் தவறாகப் புரிந்து கொள்வதால்தான் இந்த வேறுபாடு ஏற்படுகிறது.

இந்தத் தவற்றைத்தான் அறியாமை என்றும், ஆணவம் என்றும் சொல்கிறோம்.

அறியாமையையும், ஆணவத்தையும் நீக்குவதற்கு புலன் பொறி என்ற செயற்கைப் புள்ளியை நீக்கிவிடவேண்டும்.

இதற்கு யோகப் பயிற்சியில் பல படிகளை அமைத்திருக்கிறார்கள்.

அதில் ஏழாவது படியாகிய தியானத்தில் வெற்றி பெற்றவுடன் செயற்கையான ஆணவம் போய்விடுகிறது. இயற்கை உண்மையான சமாதி நிலை கூடுகிறது.

இப்போது உயிராகிய ஆன்மாவை, ஆன்மாவாகவே அறிந்து கொள்கிறோம். உள்ளதை உள்ளபடியே உணர்ந்து கொள்கிறோம்.

இதைத்தான், "கரணம் எலாம் கரைந்த தனிக்கரை காண்பது உளரோ? கரைகண்டபொழுது எனையும் கண்டு தெளிவேனோ?" என்று தம் ஞானயோக அனுபவத்தைப் பற்றி சொல்கிறார் திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார்.





7. சுகாணு சயீராக : ||

இன்ப அனுபவத்தைத் தொடர்வதுதான் விருப்பம்.

இன்பம் கிடைப்பதற்கு முன்னால் புதிய புதிய பொருள்களையும் ஆராய்ந்து பார்க்கவும் விரும்புகிறோம்.

காரணம் அதிலும் இன்பம் கிடைக்கும் என்ற நம்பிக்கைதான்.

சில சமயங்களில் புதுமையான பொருள்களின் மீது நமக்கு பற்று ஏற்படுகிறது. காரணம் அதில் ஏதோ புதிய இன்பம் இருப்பதாக எண்ணி அதில் பற்று கொள்கிறோம்.

யோகப் பயிற்சிக்குத் தடையாக இருப்பவை அறியாமை, ஆணவம், விருப்பம், வெறுப்பு, மரண பயம் ஆகிய ஐந்துமாகும்.

இவற்றுள் அறியாமை, ஆணவம், விருப்பம் என்ற மூன்றைப் பற்றியும் தெரிந்து கொண்டிருக்கிறோம்.

இனி வெறுப்பு, மரண பயம் என்ற இரண்டையும் பற்றியும் பார்க்கலாம்.





8. துః க்கானுசயீ த்வேஷః

துன்பம் தரும் அனுபவத்துடன் ஒருவர் தன்னை ஐக்யப்படுத்திக் கொள்வது தான் வெறுப்பு.

உலக இன்ப அனுபவங்களுடன் ஒருவர் தன்னை ஐக்யப்படுத்திக் கொள்வதும் ஒரு வகையில் துன்பத்தைக் கொடுக்ககூடிய தடைதான்.

துன்பம் தரும் அனுபவங்களுடன் ஒருவர் தன்னை ஐக்யப்படுத்திக் கொள்வதும் தடைதான்.

இந்த இரண்டு வகையான தடைகளையும் கடந்து ஒருவர் முன்னேற வேண்டும், இதைத்தான் எதிர் எதிரான 'இருவினை ஒப்பு' என்று சொல்வார்கள்.

இந்த இருவினை ஒப்பை ஒருவர் எப்படிப் பெற முடியும் ?

அறியாமை ஆணவம் என்ற இரண்டையும் கடந்து செல்வதை மலபரிபாகம் என்றும், பண்படுதல் என்றும் சொல்வார்கள்.

இவ்வாறு ஒருவர் பண்படும் போது இருவினை ஒப்பு என்ற சமரச நிலையை அடைய முடியும்.

சமரச நிலையை ஒருவர் அடைந்தவுடன் அவரிடம் அமுதம் சுரக்கத் தொடங்கிவிடும்.

இதைத்தான் சத்தின பாதம் என்பார்கள் ஞானிகள்.

இன்பம் என்பது எப்போதும் நம்முன் இருப்பதுதான். அதை எங்கோ வெளியில் இருந்து நாம் பெற்றுக்கொள்கிறோம் என்று நினைப்பது தவறு.

இப்படி நினைப்பதால்தான் விருப்பு, வெறுப்பு என்ற எதிரிடையான இரண்டு வினைகள் நம்மிடம் தோன்றுகின்றன.

முன்னேற்றம் என்பது நம் உள்ளே இருந்துதான் தோன்ற வேண்டும். வெளியில் இருந்து இன்பத்தை நமக்கு யாராலும் கொடுத்துவிட முடியாது.

வெளியில் இருந்துதான் நமகசு இன்பம் கிடைக்கிறது என்று நாம் எண்ணுகிறபோது நாம் மிகப்பெரிய தவற்றை செய்கிறோம்.

அதனால்தான் வெளியில் இருந்து எந்தப் பொருள் நமக்கு இன்பத்தைக் கொடுக்கிறது என்று எண்ணுகிறோமோ அந்தப் பொருளின் மீது வரம்பு கடந்து நாம் பற்றுக் கொள்கிறோம்.

நாம் எண்ணுகிறபடி அந்தப் பொருளிடம் இருந்து இன்பம் கிடைக்காத போது அந்தப் பொருளை வெறுத்து ஒதுக்கிவிடுகிறோம்.

இவ்வாறு இன்பம்தரும் வெளியில் இருக்கும் பொருளை விரும்பியும் துன்பம் தரும் பொருளை வெறுத்தும் நாம் நிலையற்ற வாழ்க்கையை நடத்துகிறோம்.

இதற்கு என்ன காரணம்?

நம்மிடம் இருக்கும் ஆணவம்தான். அதாவது நிலையற்றதை எல்லாம் நிலையானது என்று எண்ணுவதும், உயிர், மனம் என்றும் உடம்பு என்றும் எண்ணுவதும்தான் காரணம்.

இவ்வாறு நமக்குள் ஏற்படும் விருப்பமும் வெறுப்பும் நம்முடைய ஆன்மிக முன்னேற்றத்துக்குத் தடையாகி விடுகின்றன.

நம் உயிரை பண்படாமலும் செய்துவிடுகின்றன.

விருப்பம் என்பது நமக்கு இன்பம் கொடுப்பது போன்ற தோற்றத்தை மட்டுமே கொடுக்கிறது. அது உணர்வு பூர்வமான இன்பத்தைக் கொடுப்பதில்லை.

உண்மையான இன்பம் என்பதுதான் என்ன ?

அது நம் உள்ளேயே இருக்கிறது. அது நம்முள்ளிருந்து மலர்ந்து வெளி வருவது. அப்படி நம் உள்ளிருந்து இன்பம் மலர்ந்து, விரிந்து, அனகமாக வெளிவர வேண்டுமானால் நம்மிடம் ஆங்காரம், அதாவது ஆணவம் துளிகூட இருக்கக்கூடாது.

ஆங்காரம் நீங்கி ஓங்கார அனுபவம் ஏற்பட வேண்டும். இதற்கு வாழ்க்கையில் ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தை உறுதியாகவும், துல்லியமாகவும், தொடர்ந்தும் கடைப்பிடிக்க முயலவேண்டும். நம்முடைய இந்த முயற்சிக்கு இறைவனின் அருள் துணை செய்யப் பிரார்த்திக்க வேண்டும்.

வெறுப்பு என்பதும் வெளியில் ஏதோ ஒன்று நமக்குத் துன்பம் கொடுப்பதாகத் தோற்றம் அளிப்பதுதான்.

உண்மையில் வெறுப்பு என்பது நம்முடைய உயிர். அதை இயக்கிக் கொண்டு இருக்கிற உயிர்க்கு உயிராகிய இறைவனுடன் ஒன்றி நிற்காமல் ஒதுங்குவதுதான்.

ஒவ்வொருவரும், ஒவ்வொரு உயிரும் இன்பம் பெறுவதற்கே ஆசைப்படுவது இயற்கை.

இன்பத்தை விரும்பாத ஏதாவது ஒரு உயிர் இனம் உலகில் இருக்கிறதா ? இல்லை.

ஒரு புழுவைத் தூக்கி வெய்யிலில் போட்டோமானால் அடுத்த கணமே அது தன்னை வளையம்போல் சுருக்கிக் கொண்டு, நிழலை நோக்கி உருண்டு வந்துவிடும்.

ஒரு செடியை தொட்டியில் இட்டு வளர்க்கிறோம். வீட்டுக்குள் அதை அலங்காரப் பொருளாக வைக்கிறோம்.

அந்தச் செடியோ சூரிய வெளிச்சத்தை நோக்கி திரும்புகிறது. காரணம் அந்தச் செடி இன்பம் பெறுவதற்கு சூரிய வெளிச்சம் வேண்டும். அதனால் இன்பத்தை

வேண்டியே நம் வீட்டுத் தொட்டியில் இருக்கும் செடி சூரிய வெளிச்சத்தை நோக்கித் திரும்பி மகிழ்ந்து வளர்கிறது.

உலகத்தில் இருக்கும் எல்லா உயிர்ப் பொருள்களுமே இன்பத்தைப் பெறவே துடிக்கிறது. ஆனால் எல்லா உயிருமே தாம் விரும்பிய அளவு இன்பத்தைப் பெற முடிவதில்லை.

காரணம் ஒவ்வொரு உயிரின் அமைப்பும் அதன் சூழ்நிலையும் ஆகும்.

புழுவும், செடியும் இன்பத்தை அடையும் முயற்சியில் வேறுபடுவ்தைப் பார்க்கிறோம். ஒளிச் சேர்க்கையால் உணவை உண்டாக்குவது செடி. அதனால் அது ஒளியை நோக்கியே வளர்கிறது.

மிகவும் பலவீனமான – எலும்பே இல்லாத புழுவோ நிழலை நோக்கிச் செல்கிறது. காரணம் அதனால் சூரிய ஒளியின் வெப்பத்தைத் தாங்க முடிவதில்லை.

என்புஇல் அதனை வெயில்போலக் காயுமே
அன்புஇல் அதனை அறம்

என்று சொல்லுகிறார் திருவள்ளுவர்.

ஒவ்வொரு உயிரும் தாம் விரும்பும் இன்பத்தை அடைய முடியாமல் தவிப்பது ஏன்?

இன்பம் என்பதுதான் என்ன? அதற்கு கஸ்தூரி மானைப் பற்றித் தெரிந்து கொண்டால் இன்பம் என்றால் என்ன என்பதை விளங்கிக் கொள்ளலாம்.

கஸ்தூரி மானை எல்லாரும் ஏன் விரும்புகிறார்கள்? காரணம் அந்த மானிடம் கஸ்தூரியைப் பெறுவதற்காகவே விரும்புகிறார்கள்.

அதுபோலவே ஒரு உயிர் காட்டுகின்ற அன்பை எல்லா உயிர்களும் விரும்புகின்றன.

தன்னலமே மிகுதியாக இருக்கும் உயிர் இனங்களும் இருக்கின்றன. அவை மற்ற உயிர்களிடம் அன்பு செலுத்துவதில்லை. அதனால் அந்த உயிர் இனம் மற்ற உயிர் இனங்களால் வெறுக்கப்படுகின்றன.

இந்த உண்மையை கஸ்தூரி மானைப் பற்றிய ஒரு கதை விளக்கிச் சொல்கிறது.

கஸ்தூரி மானினுடைய நெற்றியின் ஒரு பகுதியில் மணம் வீசும் மருத்துவ குணம் பொருந்திய கஸ்தூரி இருப்பது அந்த மானுக்குத் தெரியவில்லை.

அந்த மானோ கஸ்தூரியின் மணம் வேறு எங்கிருந்தோ வருவதாக எண்ணிக் கொண்டு அங்கும் இங்கும் துள்ளிக் குதித்துக்கொண்டு அதை நோக்கி ஓடுகிறது.

இதைப் போன்ற நிலைதான் நம் உள் இருந்தே இன்பம் மலர்ந்து, அனகமாகிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளாமல் நாமும் அங்கும் இங்குமாக அலைந்துகொண்டு இருக்கிறோம்.

நம்உள் இருந்துதான் இன்பம் பெற முடியும் என்பதைப் புரிந்து கொண்டவுடன் நிலையான வாழ்வைப் பெற முடிகிறது.

இதை இன்னும் சற்று விரிவாகப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். ஒரு நண்பர் நம்மைப் பார்த்து மலர்ந்த முகத்துடன் வரவேற்கிறார்.

நம் உள்ளிருந்து நமக்கு இன்பம் தோன்றுவதை நம் முகத்தில் இருந்து புரிந்துகொண்டுதான் இன்பப் பெருக்குடன் நம்மை வரவேற்கிறார்.

நம்மைப் பார்த்து முகத்தைச்சுளிக்கும் ஒருவரும் நம் முகத்தில் இருக்கும் வெறுப்பை அவர் புரிந்து கொண்டதால் தான் அவ்வாறு செய்கிறார்.

இவ்வாறே விருப்பமும், வெறுப்பும், இன்பமும், துன்பமும் ஒரு பொருளில் இருந்து இன்னொரு பொருளுக்கு பிரதிபலிப்பதும் உண்டு.

இவ்வாறு பிரதிபலிப்பதை,

மனத்துளது போலக் காட்டி ஒருவர்க்கு
இனத்துளது ஆகும் அறிவு

என்று சொல்கிறார் திருவள்ளுவர். இந்தத் திருக்குறள் ஒருவரிடம் இருந்து இன்னொருவரிடம் பிரதிபலிக்கும்

உணர்வைத் தான் எடுத்துக் காட்டுகிறது. இதுதான் உண்மையான அறிவின் வெளிப்பாடு என்று மயங்கி விடக்கூடாது.

முகம் பார்க்கும் துல்லியமான கண்ணாடியின் முன் நின்று நம்முடைய முகத்தைப் பார்க்கிறோம்.

நாம் இன்பமாக இருந்தால் நம் முகத்தில் இன்பம் பொங்கி பூரிப்புடன் அது விளங்குவதைப் பார்த்து மகிழ்கிறோம்.

நாம் துன்பத்துடன் இருந்தால் அந்தத் துன்பத்தால் நம் முகத்திலும் வேதனைப் பட்டுக் கொண்டு இருக்கும் சோகத்தையும் நாம் பார்க்கும் நிலைக்கண்ணாடியில் மிகத் தெளிவாகத் தெரிவதையும் காணலாம்.

நாம் பார்க்கும் நிலைக் கண்ணாடி துல்லியமாக இல்லாமல் – ரஸத்தில் தாறுமாறாகக் கீறல் விழுந்த அந்தக் கண்ணாடியில் நம்முகம் நம் உள்ளத்தில் இருக்கும் இன்பத்தையோ, துன்பத்தையோ மாற்றிக் கூடக்காட்டும்.

அதனால் தூய்மையான கண்ணாடியில் தோன்றும் நம் முகத்தோற்றத்தைப் பார்த்து மகிழ்வதும், ரஸத்தில் கீறல் விழுந்த கண்ணாடியில் தோன்றும் நம் முகத்தோற்றத்தைப் பார்த்து வெறுப்பதும் அறிவுடைமை ஆகாது.

முக மலர்ச்சியுடன் வரவேற்பதைப் பார்த்து மகிழ்வதும் வெறுப்புடன் நம்மை வரவேற்பதைப் பார்த்து அவரை வெறுப்பதும் புத்திசாலித்தனம் அல்ல.

நமக்கு ஒருவரால் இன்பத்தையும் கொடுக்க முடியாது. துன்பத்தையும் கொடுக்க முடியாது.

நமக்கு ஏற்படும் இன்பமும் துன்பமும் நம் உள் இருந்து நாமே உண்டாக்கிக் கொள்வதுதான்!





9. ஸ்வரஸவாஹ விதுஷோஸ்பி ததாரூடோஸ பிணவேக:

முற்பிறவிகளில் அனுபவித்த துன்பத்தின் பழக்கத்தின் காரணமாக உயிரின் மீது எல்லாரிடமும் பற்று இருக்கிறது.

'அபினிவேஸா' என்றால் மரணத்தைக் கண்டு பயப்படுதல் என்று பொருள்.

இந்த இடத்தில் நாம் தொடர்ந்து வருகிற இறப்பையும், பிறப்பையும் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும். அத்துடன் மாற்றிப் பிறப்பதைப் பற்றியும் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

மாற்றிப் பறப்பது என்றால் என்ன?

தொடர்ந்து வருகிற இறப்பையும், பிறப்பையும் மாற்றி, நிலையாக வாழக்கூடிய வாழ்க்கையை அடைவதுதான் மாற்றிப் பிறத்தல் ஆகும்.

மாற்றிப் பிறக்கும் வகை அறிவாளர்க்கு
கூற்றை உதைக்கும் குறி அதுவாமே

என்ற திருமூலர் வாக்குகளில் இந்த உண்மையைக் காணலாம்.

மாற்றிப் பிறத்தல் என்பது காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்குள் அடங்குவது இல்லை. காரணம் 'மன்மனம் எங்கு உண்டு, வாழ்வும் அங்கு உண்டு' என்பதுதான்.

தொடர்ந்து வரும் பிறப்பைப் பற்றிய தத்துவங்களைப் பற்றி மேற்கு நாட்டவர்களில் பலருக்கு விளங்கவில்லை.

அவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள்?

ஒருவர் இறந்தவுடன் எல்லாம் முடிந்துவிடுகிறது. அவர்கள் மீண்டும் பிறப்பதில்லை என்று நம்புகிறார்கள்.

அவர்களுக்கு மறுபிறப்பைப் பற்றியும் ஒன்றும் தெரியாது. மாற்றிப் பிறப்பதைப் பற்றியும் ஒன்றும் தெரியாது.

யோகத் தத்துவம் நம்முடைய அறிவு முழுவதும் நம் முன் அனுபவத்திலிருக்கும் அனுபவங்களின் விளைவுதான் என்பதைத் தெளிவாகச் சொல்கிறது.

இதை 'அவன் ஒரு யோகவான்' என்ற பழமொழியும் உணர்த்துகிறது.

அனுபவம் இல்லாமல் எதையும் புரிந்துகொள்ளவும் முடியாது. தொடர்ந்து அறிவை வளர்த்துக் கொள்ளவும் முடியாது.

சென்ற கால அனுபவங்களைப் பற்றித்தான் நாம் படிக்கும் ஒவ்வொரு புத்தகமும் சொல்லுகிறது.

நம் இடத்தில் இருக்கும் அறிவுக் களஞ்சியத்தை – அறிவுச்சுடரை – நாம் படிக்கும் நூல்கள் மேலும் மேலும் வளர்க்கின்றன.

நம் உள்ளே அனுபவத்தால் ஏற்பட்ட அறிவு நெருப்பு இருக்கிறது. அந்த நெருப்பு இருப்பதால்தான் யோகத்தினாலும், புத்தகங்களினாலும் வேறு முயற்சிகளினாலும் அறிவைப் பெருக்க முடிகிறது.

இதைத்தான்,

தவமும் தவம்உடையார்க்கு ஆகும் அவம்அதனை
அஃது இலார் மேற்கொள்வது

என்று சொல்கிறார் திருவள்ளுவர்.

மாம்பழத்தை ஒருவர் முன்னதாகச் சாப்பிட்டு அதன் சுவையை அனுபவித்திருக்கிறார். இந்த அனுபவத்தின் காரணமாகத்தான் மாம்பழத்தைப் பார்த்தவுடன் அதைச் சாப்பிட்டு அதன் சுவையை அனுபவிக்கத் துடிக்கிறார்.

மாம்பழத்தைச் சாப்பிட்டு அதன் சுவையை அனுபவித்து அறியாத ஒருவரிடம் மாம்பழத்தைப் பற்றியோ, அதன் சுவையைப் பற்றியோ எடுத்துச் சொல்ல முடியுமா? முடியவே முடியாது.

அறிவு என்பது அனுபவத்தின் மூலமாகவே உருவாகிறது. முன் அனுபவத்தைக் கொண்டுதான் தொடர்ந்து எதையும் அனுபவிக்க முடியும்.

ஒருமைக்கண் தான்கற்ற கல்வி ஒருவர்க்கு
எழுமையும் ஏமாப்பு உடைத்து

என்கிறார் திருவள்ளுவர். ஒரு பிறவியில் கற்ற கல்வி ஒருவருக்கு அவர் எடுக்கும் மற்ற பிறவிகளில் எல்லாம் பயன்படுகிறது என்பது மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

இதை அறிவுக்கு மட்டும் பொருந்தும் என்று எண்ணிவிடக்கூடாது. உணர்வுக்கும் நினைவுக்கும் கூட பொருந்தும்.

ஒரு மேஜை மீது ஒரு சிறு குழந்தையை குப்புறப் படுக்க வைக்கிறோம். அது உற்சாகத்துடன் அந்த மேஜை மீது தவழ்ந்துகொண்டே செல்கிறது.

மேஜை ஓரத்துக்கு வந்தவுடன் குழந்தை தவழ்வதை நிறுத்தி விடுகிறது. கீழே விழுந்து விடுவோமோ என்று பயப்படுகிறது. ஒன்றும் செய்ய முடியாமல் அழுகிறது.

மேஜை மீது இருந்து கீழே விழுந்துவிட்டால் அடிபட்டுவிடும். அதனால் மரணம் கூட நேரிடலாம் என்று அந்தக் குழந்தையின் உள் உணர்வு அதற்கு உணர்த்துகிறது. அதனால்தான் பயங்கரமாக அழுகிறது.

இந்த உள் உணர்வு அந்தக் குழந்தைக்கு எப்படி ஏற்பட்டது?

முன் பிறவியில் அந்தக் குழந்தை பெற்றிருக்கும் அனுபவத்தின் மூலமாகவே அதற்குத் தெரிந்திருக்க வேண்டும்.

ஒருவர் தான் அடைந்திருக்கும் முன் அனுபவத்தைத் தான் பிறரும் உணர்ந்துகொள்ளும்படி உணர்த்த முடிகிறது.

இது ஒரு பிறவியில் அமைந்த முன் அனுபவத்தை இப்போது உணர்வது போலவே;, ஒரு பிறவியில் அடைந்த அனுபவத்தை தொடர்ந்து வரும் மற்ற பிறவிகளிலும் அறிந்து கொள்ள முடிகிறது.

இப்படித்தான் மரண பயம் என்கிற இயற்கை அறிவு எல்லா உயிர்களுக்கும் அமைந்திருக்கிறது. காரணம் ஒருவர் முன்னால் இறந்து போனவர். இப்போது மீண்டும் பிறந்திருக்கிறார். முற்பிறப்பில் இறந்துபோனபோது ஏற்பட்ட பயத்தின் அனுபவம்தான், இந்தப் பிறவியில் அந்தக் குழந்தைக்கு ஏற்பட்டு இருக்கிறது. அதனால்தான் மேஜை முடிவுக்கு வந்தவுடனே கீழே விழுந்து இறந்துவிடுவோம் என்று அந்தக் குழந்தை பயந்து அழுகிறது.

இதைப்பற்றி காரண காரியங்களுடன் விளங்கிக் கொள்ளாத சிலர், "இது ஒரு இயற்கை அறிவு" என்று சாதாரணமாகச் சொல்லிவிடுகிறார்கள்.

"இயற்கை அறிவு என்பது என்ன ?" இதைப் பற்றி அவர்கள் புரிந்து கொள்ளவில்லை.

ஒரு செயலை பலமுறை செய்கிறபோது அது பழக்கத்துக்கு வந்து விடுகிறது. அதையே பல ஆண்டுகள் தொடர்ந்து பழகும்போது அது வழக்கமாகிவிடுகிறது.

இவ்வாறு முற்பிறவிகளில் ஒருவருக்கு ஏற்பட்ட வழக்கமும் பல பிறவிகளில் தொடர்ந்து வருகிறது. இதைத்தான் இயற்கை அறிவு என்று சொல்வது.

இயற்கை அறிவுக்கு உரிய வித்து முன்னதாகவே ஒருவர் இடம் இருந்திருக்க வேண்டும். இயற்கை அறிவுக்கு உரிய வித்து ஒருவரிடம் இல்லையானால் இயற்கை அறிவு அவரிடம் ஏற்படுவதற்கு வழியில்லை. எனவே இயற்கை அறிவு என்பது ஒருவரிடம் ஏற்கனவே உள்ள அனுபவத்தை குறிப்பதுதான்.

திரும்பத் திரும்ப ஒரு காரியத்தைச் செய்வதன் மூலமாக ஏற்படும் அனுபவப் பதிவு ஒருவரின் அடிமனத்தில்

பதிந்து இருக்கிறது. அது சமயம் நேரும்போது இயற்கை அறிவாகச் செயல்படத் தொடங்குகிறது. அவ்வளவுதான்.

ஒரு பிறவியில் ஏற்பட்ட அனுபவப் பதிவுகள் அடி மனத்திற்குள் இருந்தாலும் அது அடியோடு மறைந்துவிடுவதில்லை.

எந்தப் பொருளையும் நாம் மறந்துவிடும்போது, அதன் பதிவு முழுவதும் நம்மிடம் இருந்து மறைவதில்லை.

நம் அனுபவங்களின் பதிவுகள் எல்லாம், அளவில் குறைந்தாலும் ஆற்றலில் குறைவதில்லை.

தக்க தருணத்தில் மறைந்திருக்கும் அனுபவங்களின் பதிவு மிகுந்த ஆற்றலுடன் வெளிப்பட்டுவிடுகிறது.

ஆர்மோனிய வாத்தியம் வாசிப்பவர்களைப் பார்த்திருக்கிறோம். ஆரம்பத்தில் ஒவ்வொரு சுரத்துக்கும் உரிய கட்டையைத் தொட்டு இசை எழுப்புவது அவர்களுக்குக் கஷ்டமாக இருக்கும்.

நாளடைவில் விரல்கள் ஒவ்வொன்றும் ஆர்மோனிய வாத்தியத்தில் இருக்கும் அது அதற்கு உரிய சுரக் கட்டைகளைத் தொட்டு இசையை இயல்பாக எழுப்பப் பழகிவிடும்.

ஆரோசை, அமரோசை, என்ற இரண்டிலும் எந்தத் தவறும் ஏற்படாமல் இசை எழுப்பும் திறமையை விரல்களே பெற்றுவிடும்!

காலப்போக்கில் ஆர்மோனியத்தில் இசை எழுப்பும் திறமை அந்த விரல்களுக்கும் பழக்கமாகிவிடுகிறது. அந்தப் பழக்கமே நடைமுறைக்கு ஏற்றபடி ஆர்மோனியத்தின் சுரக் கட்டைகள்மீது இயங்கத் தொடங்கி விடுகிறது.

இந்தப் பயிற்சியின் விளைவு என்ன ஆகும் தெரியுமா?

அடுத்து வரும் பிறவிகளிலும் அவர்களுக்கு இசைப் பயிற்சி இயற்கை அறிவாகவே விளங்கி நிற்கும்.

இதனால் இசைப் பயிற்சி ஒவ்வொரு பிறவியிலும் வளர்ந்துகொண்டே செல்லும்.

இந்த வளர்ச்சிக்குக் காரணம் முன் பிறவிகளில் ஏற்பட்ட அனுபவங்களின் பதிவுகள். மேலும் மேலும் இசைப் பயிற்சித் திறமைக்கு துணைபுரியும். ஆர்மோனியம் வாசிக்கும் திறமை குழந்தைப் பருவத்திலேயே குருவின் துணையில்லாமல் கூட எளிதாக வாசிக்க வந்துவிடும்.

எல்லாரும், ''ஆ! இவன் ஆர்மோனியத்தை வாசிப்பதில் பிறவி மேதை'' என்று பாராட்டுகிறார்கள்.

இந்த முறையில் தான் எல்லாரும் தம் வாழ்க்கைத் துறையில் பலவற்றிலும் முன்னேறுகிறார்கள்.

இதைப் போன்றதுதான் மரண பயமும்.

காரணம் ஒவ்வொருவரும் ஆயிரக்கணக்கான பிறவிகளில் இறந்து இறந்து பிறந்திருப்பதைத்தான் மரண பயத்தின் ஆற்றல் குறிப்பிடுகிறது.

ஒருவருக்கு மரணம் எப்படி எல்லாம் வருகிறது என்பதையும் தெரிந்து வைத்திருக்கிறோம்.

இதனால் நம் உடம்பின் மீது நமக்கு அதிகமாகப் பற்று ஏற்பட்டு விடுகிறது.

இந்த உடற் பற்றுக்கு என்ன காரணம்?

இந்த உடம்பை விட்டு உயிர் போய்விடுமோ என்ற பயம்தான்!

சிலர் வயது முதிர்ந்த காலத்திலும் தம்மிடம் நீண்ட காலமாக இருந்து வரும் மிகப் பழைய மோட்டார்களை விற்க விரும்பமாட்டார்கள்.

அவர்களுடைய பழைய கார், பத்து கிலோ மீட்டர் வேகத்தில்தான் போகும். இந்தக் காரில் நீங்கள் போவதைவிட இப்போது புதிதாக வந்திருக்கும் ஐம்பது அறுபது கிலோ மீட்டர் வேகத்தில் செல்லும் காரில் போகலாம் என்று சொன்னாலும் அவர்கள் கேட்க மாட்டார்கள்.

தங்களுடைய பத்து மைல் வேகத்தில் செல்லும் பழைய காரில் நெடுஞ்சாலைகளில் செல்வார்கள். அந்தக் காரோ பத்து கிலோ மீட்டர் வேகத்தில் கூட போகாது. அந்தக் காரையும் சாலை விதிப்படி அந்தப் பெரியவரே ஓட்டுவார்.

பின்னால் காரில் வருகிறவர்களுக்கு ஏற்படும் கஷ்டங்களையும் பொருட்படுத்த மாட்டார்.

போலீஸ்காரர் வந்து நெருக்கடியான வேலை நேரத்தில் இந்தப் பழைய காரை எடுத்து வந்து தொல்லை கொடுக்கிறீர்களே என்று கோபித்துக் கொள்வார். அந்தக் காரை மேலே போக விடாமல் சாலை ஓரமாக நிறுத்திவிட்டு மற்ற கார்கள் செல்ல வழி செய்து கொடுப்பார்.

பழைய காரின் சொந்தக்காரர் தன்னுடைய காரின் பெருமைகளைச் சொல்லி போலீஸ்காரரிடம் சண்டைக்கே சென்றுவிடுவார். காரணம் அவருடைய பழைய காரின் மீது அவருக்கு அவ்வளவு பாசம்.

அதுபோலத்தான் நாம் நம் உடம்பின் மீது எல்லையற்ற பாசம் வைத்துக்கொண்டு இருக்கிறோம்.

இறைவனுடைய பேரரசில் கிழவர்களின் நலிந்து போன உடம்பை எடுத்துக்கொண்டு புதிய அழகிய இளமையான உடம்பைக் கொடுப்பதுதான் சட்டம்.

பலருக்கு இந்த உண்மை தெரிவதில்லை. அதனால் பயன்படாத அளவு கிழமாகிவிட்ட உடம்பைக்கூட விட்டுவிடாமல் அதன்மீது பாசம் வைத்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

வயது முதிர்ந்த நிலையில் அவர்கள் அடிக்கடி நோய்வாய்ப்படுவதும், பிறகு குணமடைவதும், பிறகு நோய்வாய்ப்படுவதும் குணமடைவதுமாக இருப்பதற்கு முயற்சி செய்வார்கள். ஆனால் தம் முதிர்ந்த உடலை விட்டு விடுவதற்கு மட்டும் பயப்படுகிறார்கள். மரணம் என்ற சொல்லை கேட்கவே அவர்கள் மட்டுமல்ல எல்லாருமே நடுங்குகிறோம்.

மரணம் பொதுவாக இயற்கையாக நடைபெறும் ஒரு தவிர்க்க முடியாத நிகழ்ச்சி. இதைப் புரிந்துகொள்ளாமல் இருப்பதால் ஏற்படுவதுதான் மரண பயம்.

அறியாமை, ஆணவம், விருப்பு, வெறுப்பு, பயம் என்ற ஐம்பெரும் துன்பங்களைப் பற்றி முதலில் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

இவற்றில் எதுவும் மறைமுகமாகவும் வெளிப்படையாகவும் விட்டு விட்டும் தோன்றும். ஒன்று தோன்றி மறைந்ததும் மற்றொன்று தோன்றும்.

இவற்றில் கடைசியாகத் தோன்றும் துன்பமே மரண பயம்.

இந்தப் பயத்துக்கு முன்னால் அறியாமை முதலிய மற்ற நான்கு துன்பங்களும் அடங்கிவிடும்.

இவற்றால் ஏற்படும் பதிவுகள் இரண்டு வகையாக நம் உள்ளத்தில் அமைந்திருக்கும்.

சூக்குமமான பதிவுகளைத் தூலமான பதிவுகளாக மாற்றி பயத்தைப் போக்கிக்கொள்ள வேண்டும். இதற்கு தியானம் ஒன்றுதான் வழி.

தியான யோகம் என்பது அட்டாங்க யோகப் பயிற்சியில் ஏழாவது படியாகும். இந்த ஏழு படிகளும் கிரியா யோகத்தின் மூன்று பகுதிகளைத் தம்முள் அடக்கிக்கொண்டு இருப்பவை.

அவற்றுள் கிரியா யோகத்தின் முதல் பகுதியாகிய தவம் புரிதல் அறியாமையையும், ஆணவத்தையும் நீக்கிவிடும்.

கிரியா யோகத்தின் இரண்டாவது பகுதியாகிய ‘கற்பன கற்றல்’ விருப்பு வெறுப்புகளின் முரண்பாடுகளை நீக்கி, நல்ல கெட்டது என்று பார்க்காமல் எல்லாவற்றிலும் சமரச நோக்கை ஏற்படுத்திவிடும்.

கிரியா யோகத்தின் மூன்றாவது பகுதியில் தவம் புரிவதாலும், கற்பன கற்பதாலும் வரும் பயனை கடவுளுக்கு அர்ப்பணம் செய்துவிட வேண்டும். இதனால் ஐந்தாவது துன்பமாகிய மரண பயத்தையும் போக்கிவிடலாம்.

இதைத்தான் வள்ளலார், “அச்சம் பூஜ்யமானால்தான் இறைவனை அடைந்து அனுபவிக்க முடியும்” என்கிறார்.

இதுதான் ஞானதேகம் பெறும் ரகசியம்.



10. தே ப்ரதிப்ரஸவ ஹேயா: ஸூட்சுமா:

இதுவரை அறியாமை, ஆணவம், விருப்பு, வெறுப்பு, மரணபயம் என்று ஐந்து வகையான துன்பங்களைப் பற்றி சொல்லி வந்தோம்.

அவற்றின் நுட்பமான வடிவத்தில் பின்நோக்கி ஆராய்ந்து கொண்டு சென்றால், ஐந்து வகையான துன்பங்களின் வித்தாக இருப்பது அவற்றுள் ஒன்றாகிய ஆணவம். அதுதன் முழு ஆற்றலுடன் வெளிப்படுவதைக் காணலாம்.

இந்த ஆணவத்தைத் தொலைத்துவிட்டால் அதனால் ஏற்பட்டுக்கொண்டு இருக்கும் மற்ற துன்பங்கள் எல்லாம் அழிந்து ஒழிந்துபோகும்.

ஆணவத்தை எப்படி ஒழிப்பது ?

அதை ஒழிக்க ஒழிக்க மீண்டும் துளிர்க்கும்.

அதன் நுட்பமான ஆற்றலைப் புரிந்து கொண்டு அதில் வெற்றி பெறவேண்டும்.

ஆணவத்தை அடியோடு ஒழித்து அதில் வெற்றி பெறுவதற்குத் துணை செய்வதுதான் தியானம்.





11. தியான ஹேயாஸ் தத்வ்ருத்தய: ||

அறியாமை, ஆணவம், விருப்பு, வெறுப்பு, மரணபயம் என்ற ஐந்து துன்பங்களும் செயல்முறையில் மேற்கொள்ளும் தியானத்தால்தான் மறைந்துபோகக் கூடியவை.

செயல்முறை தியானம் என்றால் என்ன?

ஒரு குறிக்கோளுடன் அவ்வப்போது ஏற்படும் இடையூறுகளைப் போக்குவதற்கு என்று செய்கின்ற தியானம் தான் செயல்முறை தியானம்.

தியானத்தையே தடை செய்கின்ற எண்ணங்களும் உண்டு. அவை இரண்டு வகைப்படும்.

ஏதாவது ஒரு செயலைத் தொடங்குவதற்கு முன்னால் அதற்கு அடிப்படையாக இருக்கின்ற எண்ணம் ஒருவகையான சூட்சம எண்ணமாகும்.

மற்றொன்று அந்த சூட்சம எண்ணத்தைக் கொண்டு செயல்முறையில் தியானம் செய்வதற்கு வெளிப்படையாக உதவும் எண்ணமாகும்.

ஒரு விரலை அசைப்பதற்கு எண்ணுவது நுட்பமான எண்ணம்.

அந்த விரலை அசைப்பதற்குத் துணை செய்து, அந்த விரலை அசைப்பது வெளிப்படையான எண்ணமாகும்.

முன்னது அக எண்ணம் அதாவது அகநிலைத் தியானம். இரண்டாவது புற எண்ணம் – இது புறநிலைத் தியானம்.

வெளிப்படையாக செயல்படுத்தும் எண்ணத்தைத் தடை செய்வது மிகவும் சுலபமானது.

ஆனால் செயல்படுத்துவதற்குத் தூண்டுதல் தரும் அக எண்ணத்தை அதாவது அகநிலைத் தியானத்தை அடக்குவது அவ்வளவு சுலபமல்ல.

அக எண்ணம் என்றால் என்ன?

எண்ணங்களின் பதிவுகள் அதாவது சமஸ்காரங்கள், நுட்பமான வடிவத்தில் நம்முடைய மன ஆழத்தில் பதிந்து இருப்பவை.

அவற்றை நேரடியாக நீக்குவது என்பது அவ்வளவு எளிய காரியம் அல்ல.

அந்த பதிவுகளின் வித்துக்களைப் பற்றியே தியானம் செய்யும்போது அவை செயல்படுகிற புறப்பகுதிக்கு வருகின்றன.

புறப்பகுதிக்கு வந்த எண்ணங்களை தியானத்தின் மூலமாக வெகு எளிதாகப் போக்கிவிடலாம்.

காரணம் புறநிலைத் தியானம் நம்முடைய விருப்பத்துக்கு உட்பட்ட மத்திய நரம்பு மண்டலத்தின் ஆட்சியில் உள்ளது.

அக எண்ணங்களை புற எண்ணங்களாக அவை செயல்படும்படிக் கொண்டு வருவது எப்படி என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அகநிலைத் தியானம் நம் ஆட்சிக்குக் கட்டுப்படாத தானே இயங்குகிற நரம்பு மண்டலத்தின் ஆட்சியில் உள்ளது.

இங்கு அக எண்ணம் எது என்பதையும் புற எண்ணம் எது என்பதையும் புரிந்துகொள்ளவேண்டும்.

அக எண்ணம் கனவு போன்றது. புற எண்ணம் நனவு போன்றது. அடி மனத்தில் இருந்த எண்ணங்கள் எழுந்து புற

மனத்தில் தோன்றுவதைத்தான் கனவு நனவாயிற்று என்கிறோம்.

தடை செய்கிற எல்லா வகையான எண்ணங் களுக்கும் ஆணவம்தான் அடிப்படையாக இருக்கிறது.

இதைப் பரிபூரணமாகப் புரிந்துகொள்வதற்கு எண்ணங்கள் தூல நிலையில் தொடங்கிச் சூக்கும நிலைக்குச் செல்ல வேண்டும்.

புறநிலைத் தியானத்தின்போது ஆணவம்தான் அந்தத் தியானத்தைக் கூடத் தடை செய்யும் ஆற்றலுடன் விளங்குகிறது என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

இந்த ஆணவத்தை எப்படி வெல்வது?

இருவகைத் தியானத்திலும் தோன்றுகிற ஆணவத்தைப் புரிந்து கொள்ள இருவகை சமாதி நிலையைப் பற்றிய தெளிவும் வேண்டும்.

ஒருவகைச் சமாதி ஆணவத்துடன் கூடிய சமாதி.

இது எல்லாவற்றையும் "ஏன்? ஏன்?" என்று கேட்டு ஆராய்ந்து தெளிவு பெறுவதற்கு உரிய சமாதியாகும். இது எண்ணங்களின் ஆழத்தில் பதிந்து கிடக்கும் வித்துடன் கூடிய சமாதியாகும்.

மற்றொன்று வித்து இல்லாத சமாதி. வித்தில்லாத உயர்ந்த சமாதி நிலை என்பது என்ன? ஆணவம் கடந்த சமாதி நிலை.

ஆணவம் கடந்த சமாதி நிலை பெறுவதற்கு இறைவனின் அருள் ஆற்றலில் முழுமையாக நம்பிக்கை இருக்க வேண்டும்.

"அருள் அலாது அணுவும் அசைந்திடாது" என்று சான்றோர் வாக்கில் அசைக்கமுடியாத நம்பிக்கை இருக்க வேண்டும்.

ஆணவத்தின் மூலமாகத்தான் மனத்தில் அனுபவங்களின் விளைவுகள் பதிகின்றன.

அனுபவங்களின் விளைவுகள் உள்ளத்தில் பதிந்து நிற்பதைத்தான் மனம் என்று சொல்வார்கள்.

மனம் என்ற சொல்லை மன் + அம் என்று பிரிக்க வேண்டும்.

'மன்' என்றால் நிலைபெற்றது என்று பொருள்.

எனவே வார்த்தைகளையும் மனதையும் கடந்து செல்லுகின்ற போதுதான் ஆணவம் அடியோடு அழியும். வித்தில்லாத சமாதி நிலைக்கு உயரலாம்.

அப்போது நிலையான உயிர் அனுபவங்கள் தோன்றும்.

இதைத்தான், "உரை மனம் கடந்த ஒரு பெரு வெளியில், அரசு செய்து ஓங்குவது" என்று தம் தியான அனுபவங்களைப் பற்றி வள்ளலார் பேசுகிறார்.

உலக அனுபவங்கள் எல்லாம் ஆணவம் நிறைந்தவை தான்.

எந்த ஆணவத்துக்கும் அடிப்படை உடம்பும் மனமும் தான்.

உடம்பையும் மனதையும் கடந்து செல்கிறபோது, அதாவது உயிரே எல்லாவற்றையும் அனுபவிக்கத் தொடங்குகிறபோது உயிர் அனுபவம் உருவாகிறது.

இதைத்தான் ஞான யோகிகள், "தனு கரண ஆதிகள் தாம் கடந்து அறியும் ஓர் அனுபவம்" என்று சொல்வார்கள்.

இந்த உயிர் அனுபவத்தை மற்ற உயிர்களும் பகிர்ந்து கொடுக்க முயலும்போது தான் அருள் அனுபவம் உருவாகிறது.

இறை அனுபவத்தை நோக்கிச் செல்ல முடிகிறது.

இறைவனிடம் தன்னையே அடைக்கலப் பொருளாகச் செய்யும் நிலையைத்தான் வித்தில்லாத சமாதி என்று சொல்வது.

ஆணவம் மறைந்தவுடனே அருளின் ஆற்றலால் மனத்தின் ஆழத்தில் பதிந்து கிடந்த நமது எண்ணங்களின் பதிவுகள் எல்லாம் மறைந்துவிடுகின்றன.

இந்த நிலை உருவாகும் வரையில் ஆணவத்தின் பதிவுகள் சமஸ்காரங்கள் இருந்துகொண்டே இருக்கும்.

இது பெருங்காயம் வைத்திருந்த டப்பியின் நிலையைப் போன்றது. பெருங்காயம் இருந்த டப்பியில் அதில் இருந்த பெருங்காயம் முழுவதையும் எடுத்துவிட்டாலும் பெருங்காயத்தின் மணம் மட்டும் மறைந்து போகாமல் வீசிக் கொண்டே இருக்கும்.

பெருங்காயம் உணவு செரிப்பதற்குத் துணை செய்யக்கூடிய அருமையான மருத்துவப் பொருள். அத்துடன் உடலின் திசுக்களுக்கு இடையே வாயு முதலியவை தங்காமல் சுத்தம் செய்யும் அரிய ஆற்றலும் உடையது.

கிராமங்களில் மண் பாத்திரத்தில் பெருங்காயத்தை வைத்திருப்பார்கள். பெருங்காயம் இருந்த மண் பாத்திரத்தை நூறு தரம் அலம்பினாலும் பெருங்காயத்தின் வாசனை அந்த மண் பாத்திரத்தில் வீசிக்கொண்டே இருக்கும்.

மண் பாத்திரத்தில் வீசும் பெருங்காய மணத்தை அடியோடு எப்படி போக்குவது ?

அந்தப் பாத்திரத்தை உடைத்துத் தூர எரிந்தால் ஒழிய அந்தப் பாத்திரத்தில் இருக்கும் பெருங்காய வாசனையை போக்கமுடியாது.

ஆணவம் என்பது எண்ணங்களின் வாசனையே. அதன் தன்மையே மிக மிக நுட்பமாக மன ஆழத்தில் எண்ணங்களின் பதிவுகள் இருக்கும்படி செய்வதுதான்.

இந்த ஆணவத்தின் நுட்பமான மணம் தோன்றுகிற போது, மனத்தின் ஆழத்தில் ஆணவம் நுட்பமாக மறைந்து கிடக்கிறது என்பதைத் தெரிந்து கொள்ளலாம். அத்துடன் நம்முடைய அனுபவங்களின் நுட்பமான பதிவுகளும் மறையாமல் இருக்கின்றன என்பதையும் புரிந்து கொள்ளலாம்.

நம்முடைய அனுபவங்களின் பதிவுகளை நம்மனத்தில் இருந்து நீக்க வேண்டுமானால் ஆணவத்தை அடியோடு ஒழித்தே ஆகவேண்டும். இதைத்தவிர வேறு வழியில்லை.

முதலில் பெருங்காயம் இருந்த பாத்திரத்தைக் கழுவுவது போல வெளிப்படையாக அமைந்திருக்கும் ஆணவத்தை தியானத்தின் மூலமாகப் போக்குகிறோம். பிறகு அந்த பெருங்காய வாசனையை இல்லாமல் அடிப்பதற்கு

பெருங்காயம் இருந்த பானையை உடைத்து எறிந்துவிடுவது போல எண்ணத்தில் பதிவான ஆணவத்தின் நுட்பமான பதிவுகளையும் போக்கிவிட வேண்டும்.

இதற்கு சடமாக உணர்வு இல்லாமல் இருந்த உடம்பையும் மனதையும் உணர்வு உள்ள சேதனப் பொருளாக மாற்றவேண்டும்.

இதைத்தான் சேதனப்பெருநிலை என்று சொல்வார்கள்.

தியானத்தின் மூலமாகவே எண்ணங்களின் வடிவங்களைப் புரிந்து கொள்கிறோம். அதனால் ஏற்பட்டிருக்கும் ஆணவத்தின் விளைவுகளையும் நீக்கிவிட முயலுகிறோம். இன்னும் நம் மன ஆழத்தில் அந்த ஆணவம் பதிந்து இருக்கிறதா என்று துருவித் துருவிப் பார்க்க வேண்டும்.

அப்படி எங்காவது ஆணவம் ஒளிந்துகொண்டு இருக்காமல் அதை மனத்திலிருந்து ஓட்டுவதுதான் தியானத்தின் குறிக்கோள் ஆகும்.

ஒரு மரத்தை அடியோடு ஒரு இடத்தில் இருந்து ஒருவர் அகற்ற விரும்புகிறார்.

அவர் முதலில் என்ன செய்கிறார்?

அந்த மரத்தின் கிளைகளை வெட்டித் தள்ளுகிறார். பிறகு அந்த மரத்தின் அடிப்பாகத்தை அறுத்துத் தள்ளுகிறார்.

முடிவாக அந்த மரத்தின் சல்லிவேர் ஆணிவேர் எல்லாவற்றையும் வெட்டித் தள்ளிவிடுகிறார். அந்த மரம் இருந்த சுவடே தெரியாமல் செய்து விடுகிறார்.

அதுமட்டுமா? அந்த மரம் மீண்டும் அங்கு துளிர்த்து எழாமலும் அழித்து விடுகிறார்.

இதைப் போன்றதுதான் நம்மிடம் ஆணவம் சிறிதும் இல்லாமல் செய்கிற தியானத்தின் மகத்தான காரியம் ஆகும்.

இந்த ஆணவம் உலக அனுபவத்திலும் உண்டு.

உயிர் அனுபவத்திலும் உண்டு.

இந்த இரண்டிலும் இருக்கும் ஆணவத்தை அடியோடு நீக்குவதுதான் ஆணவத்தை முழுமையாக நீக்குவதாகும்.

இதை,

இகநிலைப் பொருளாய், பரநிலைப் பொருளாய்,
அகம்அறப் பொருந்திய அருட்பெரும் ஜோதி!

என்கிறார் வள்ளலார்.





12. க்லேசமூல: கர்மாசயோ த்ருஷ்டாத்ருஷ்ட ஜன்ம வேதநீய: ||

எந்தக் காரியம் செய்தாலும் அதற்கு நேர் எதிராக மற்றொரு காரியம் நடைபெறுகிறது.

இந்த இரண்டு காரியங்களும் ஒன்றை ஒன்று எதிர்த்து நடைபெற்றுக் கொண்டே இருக்கும்.

இதனால் ஏற்படும் விளைவுகளை நம்முடைய அன்றாட நடைமுறை அனுபவங்களிலும் காண முடியும். எதிர் காலத்திலும் காண முடியும்.

நாம் செய்யும் காரியங்களும் அதை எதிர்த்து நடைபெறும் காரியங்களும் நம்முடைய வாழ்க்கைக்குத் துணை செய்வதாகவும் இருக்கும். தடை செய்வதாகவும் இருக்கும்.

நமக்கு துணை செய்யும் காரியங்களும் தடை செய்யும் காரியங்களும் ஆகிய இந்த இரண்டு வகையான காரியங்களால் ஏற்படும் விளைவுகள்தான்; பயன்கள்தான்; பதிவுகள் என்பது.

இவற்றால் உண்டாகும் பயன்களை இந்தப் பிறவியிலும் அனுபவிக்கலாம். தொடர்ந்து வரும் மறுபிறவியிலும் அனுபவிக்கலாம்.

கர்மா என்றால் என்ன? கர்மா எப்படி சேமித்து வைக்கப்படுகிறது? அது எப்படி வேலை செய்கிறது?

இந்தக் கேள்விகளுக்குப் பதஞ்சலி முனிவர் இந்தச் சூத்திரத்தின் மூலமாக விளக்கம் கொடுக்க முயல்கிறார்.

கர்மா என்பது சமஸ்கிருதச் சொல். இதற்கு இரண்டு பொருள்கள் இருக்கின்றன. நாம் செய்கின்ற காரியங்களையும் 'கர்மா' என்று சொல்லலாம். அதனால் ஏற்படும் பயன்களையும், பதிவுகளையும் 'கர்மா' என்று சொல்லலாம்.

ஒரு செயலைச் செய்பவர் அந்த செயலின் பயனையும் அனுபவிக்கிறார்.

பொதுவாக நாம் கர்மம் என்று சொல்லும்போது, சென்ற காலத்தில் நாம் செய்த செயலினால் விளைந்த பயனைப் பற்றித்தான் சொல்கிறோம்.

ஒவ்வொரு செயலுக்கும் உரிய காரணமும், காரியமும் தொடர்ந்து வருகின்றன.

விதை முதலில் தோன்றியதா? மரம் முதலில் தோன்றியதா?

முட்டை முதலில் தோன்றியதா? கோழி முதலில் தோன்றியதா?

இதுபோன்ற கேள்விகளுக்கு எது முதலில் தோன்றியது என்று எல்லாருக்கும் விளங்கும்படி பதில் சொல்ல முடியாது.

இதை ஒன்றை ஒன்று பற்றிக்கொண்டிருக்கிற முடிவற்ற தர்க்கவட்டம் என்று வேண்டுமானால் சொல்லலாம்.

விதை முதலில் தோன்றியதா? மரம் முதலில் தோன்றியதா? முட்டை முதலில் தோன்றியதா? கோழி முதலில் தோன்றியதா என்ற கேள்விகளுக்கு எப்படி எல்லாருக்கும் புரியும்படி பதில் சொல்ல முடியாதோ, அதே போல நாம் செய்த கர்மம் எந்தப் பிறவியில் நடைபெறத் தொடங்கியது என்றும் யாராலும் சொல்லிவிட முடியாது.

நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்? இப்படிப் பிறவிகள் தோறும் தொடர்ந்து வரும் கர்மத்தின் விளைவுகளுக்கு ஒரு முடிவ கட்ட முயலவேண்டும்.

நம்முடைய கர்மத்தின் தீய விளைவுகளைப் போக்க வேண்டுமானால் அதற்கு எதிரான நல்ல காரியங்களில் ஈடுபட வேண்டும். அப்போதுதான் அந்தக் கர்மத்தின் தீய விளைவுகளைப் போக்க முடியும்.

இல்லாவிட்டால் நாம் செய்த கர்மத்தின் தீய விளைவுகள் மேலும் மேலும் பெருகி பெரிய சுமையாக சேமித்து வைக்கும்படியான நிலைக்கு நம்மை ஆட்படுத்தி விடும்.

கர்மங்களைச் சேமித்து வைக்கும் இடத்துக்கு 'கர்மாஸ்யா' என்றும், கருமங்களில் கர்ப்பப் பைகள் என்றும் சொல்வார்கள்.

கர்ப்பப் பைக்குள் இருக்கும் கர்மங்கள் வெளிப்பட்டு தன்னுடைய நல்ல செயல்களையோ தீய செயல்களையோ செய்வதற்கு வேண்டிய காலம் எப்போது வரும், எப்போது வரும் என்று மிகுந்த ஆவலுடன் காத்துக் கொண்டு இருக்கும்.

நாம் செய்த கர்மங்கள் இந்தப் பிறவியிலோ, மறு பிறவியிலோ வெளிப்பட்டு செயல்படுவதற்குத் தடையாக இருப்பவை கிலேசங்கள்.

இவைகளையே பதஞ்சலி முனிவர் அறியாமை, ஆணவம், விருப்பு, வெறுப்பு, மரணபயம் என்று ஐந்து கிலேசங்களாக, அதாவது துன்பங்களாக வகுத்து விளக்கி இருக்கிறார்.

இந்த துன்பங்கள் இந்தப் பிறவியிலேயே செயல் பட்டாலும் படும். மறு பிறவிகளில் செயல்பட்டாலும் படும்.

இந்தப் பிறவியில் செயல்படும்போது அ்வற்றின் விளைவுகளை நாம் இப்போதே கண்டு அனுபவிக்க முடியும். மறு பிறவிகளில் செயல்பட இருப்பவற்றை இப்போது நம்மால் கண்டு அனுபவிக்க முடியாது.

நாம் செய்து வரும் கர்மத்தின் விளைவுகளின் அளவின்படியே நம்முடைய பிறவிகளும் தொடர்ந்து கொண்டு இருக்கும்.

ஒவ்வொரு கர்மத்துக்கும் உரிய பிறவியை அந்தக் கர்மத்தில் இருந்து தனியே பிரித்துவிட முடியாது. கர்மங்கள்

தனித்தனியே பயன் கொடுப்பதுடன் அவை ஒரு கூட்டமாகச் சேர்ந்தும் பயன்கொடுக்கும்.

கர்மங்களில் மிக ஆற்றல் வாய்ந்த கர்மம் நம்முடைய உடலை உருவாக்குகிறது. ஆற்றல் குறைந்த வேறு பல கருமங்கள் ஒன்றாகச் சேர்ந்து அந்த உடலின் மூலமாக தங்களுடைய பயன்களைக் கொடுக்கவும் செய்கிறது.

விமான நிலையத்தில் இருக்கும் டாக்சி டிரைவர் விமானங்களில் வரும் பிரயாணிகளில் ஒருவரை மட்டும் ஏற்றிக் கொள்ளாமல் பல பிரயாணிகளை ஏற்றிக் கொண்டு அவர்களை நகரத்தில் அவரவர் இடங்களில் இறக்கிவிடுவது போன்ற காரியம்தான் இது.

டாக்சியில் முதலில் விமானத்தில் வந்த ஒரு பிரயாணிதான் ஏறுகிறார். டாக்சி எந்த வழியாக நகரத்துக்குச் செல்கிறது என்று தெரிந்தவுடன் அந்த வழியாகச் செல்லும் பிரயாணிகளும் அதே டாக்சியில் ஏறிக்கொள்கிறார்கள். அப்படி ஏறிய பிரயாணிகளை யார் யார் எங்கு எங்கு இறங்க வேண்டுமோ அந்த இடங்களில் இறக்கிவிட்டுச் செல்கிறார் டாக்சி டிரைவர்.

இதேபோல ஆற்றல் வாய்ந்த ஒரு கர்மா தனக்கு ஒரு உடல் வேண்டும் என்று விரும்புகிறது. அந்த உடலையும் பெற்றுவிடுகிறது. பிறகு அந்த உடலைக் கொண்டு தான் விரும்பிய காரியங்களை எல்லாம் செய்கிறது.

அப்போது ஆற்றல் குறைந்த கர்மங்கள் எல்லாம் ஒன்று சேர்ந்து அந்த உடலுக்குள் புகுந்து கொள்கின்றன. தாங்கள் விரும்புகிற காரியங்களை அந்த உடலின் மூலமாகவே செய்கின்றன.

சக்தி வாய்ந்த ஒரு கர்மம் பெற்ற உடலில், சக்தி குறைந்த கர்மங்கள் சேர்ந்து ஏறிக்கொண்டு செயல்பட்டாலும் நாம் செய்த கர்மங்களின் சேமிப்பு முழுவதும் போவதில்லை.

சேமிப்பில் மீதி இருக்கும் கர்மங்கள் ஒன்றன் பின் ஒன்றாக வரிசையில் காத்துக்கொண்டு இருக்கின்றன.

இப்போது நாம் பெற்றிருக்கும் உடம்புகூட உயர்ந்த குறிக்கோளுடன் நாம் செயல்பட்டால் அதற்கு ஏற்றபடி அந்த உடம்பு மாறவும் கூடும்.

நம்முடைய குறிக்கோள் நல்லதாக இருந்தால் இது நம் உடலுக்கு நன்மையே செய்யும். தீய குறிக்கோளாக இருந்தால் அது நம் உடலுக்கு மேலும் துன்பங்களைக் கொடுக்கும்.

நம்முடைய எண்ணத்தை நிறைவேற்றிக்கொள்ளும் அளவு இந்தப் பிறவியில் நம் உடல் மாற்றமடையவில்லை என்றால், ஒத்துழைக்கவில்லை என்றால் இந்த உடல் அழிந்தவுடன், அதாவது இந்தப் பிறவி முடிந்தவுடன் மறுபிறவி எடுக்க நேரிடும்.

இவ்வாறுதான் இறப்பும் பிறப்பும் தொடர்ந்து வருகின்றன.

இவ்வளவுக்கும் காரணம் நம் எண்ணத்தின் ஆற்றலும் உருவமும் போதுமான அளவு அமையாமல் இருப்பதும், அமைந்து இருப்பதும்தான் காரணம்.

எண்ணங்களின் ஆற்றலும் உருவமும் எப்படி வேறுபடுகின்றன ?

எண்ணுபவரின் உருவம், எண்ணப்படும் பொருளின் உருவம், எண்ணுகின்ற செயலின் உருவம் என்று மூன்று வகையான உருவங்கள் எண்ணங்களின் ஆற்றலில் ஏற்படுகின்றன.

இவற்றுள் எத்தனை உருவங்கள் செயல்பட்டு இருக்கின்றன ? எத்தனை உருவங்கள் இன்னும் செயல்பட இருக்கின்றன என்பதை ஒருவரின் வாழ்க்கையில் அவர் மேற்கொள்ளும் குறிக்கோளைக் கொண்டுதான் அறிந்துகொள்ள முடியும்.

இத்தகைய குறிக்கோளை முறையாகவும், தீவிரமாகவும் செயல்படுத்துவது தான் ஞானயோகிகளின் செயல்களாகும்.

இதைத்தான் ‘குறிக்கோள் இலாது கெட்டேன்’ என்கிறார் திருநாவுக்கரசர்.

அவ்வப்போது வாழ்க்கையில் ஏற்படும் மாற்றங்களைக் கண்டு ஒதுக்கிவிடாமல், அவற்றை முழுமையாக மிகுந்த ஆற்றலுடன் பயன்படுத்திக் கொள்வதுதான் ஞானயோகம்.

இதன் விளைவுதான் நித்திய வாழ்வு.

தாம் செய்யும் ஒவ்வொரு காரியத்துக்கும் எதிர் காரியம் உண்டு. நாம் செய்யும் காரியம் நல்லதாக இருந்தால் வரவேற்க வேண்டும். தீயதாக இருந்தால் வெறுத்து ஒதுக்கிவிட வேண்டும்.

ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்துடன் வாழுகின்றவர்கள் வாழ்க்கை பலருக்கு நன்மைகளையே செய்கின்றன. அதனால் அவரையும், அவருடைய செயல்களையும் வரவேற்கின்றனர். மற்றவர்கள் செய்யும் செயல்கள் எல்லாம் வெறுத்து ஒதுக்கப் படுகின்றன.

இப்படி ஏற்கவும், ஒதுக்கவும் கூடிய செல்களைப் புரிந்து கொள்வதுதான் ஆன்ம லாபம், அல்லது உயிர்த் தன்மை என்கிறோம்.

இவ்வாறு பார்க்கும்போது எல்லா ·செயல்களுக்கும் எதிர்ச் செயல்கள் உண்டு என்று எண்ணிவிட முடியாது.

ஒரு பந்தை அடித்தால் அது அடித்த வேகத்தில் திரும்ப வருகிறது. இது இயந்திர இயல்பாகும்.

ஒரு பறவையைப் பார்த்து கல்லை எறிந்தால் பறவை பறந்து போய் விடும்.

ஒரு பறவைக்கு வேண்டிய தீனியை அதைப் பார்த்து எறிந்தால், அந்தப் பறவை பறந்து போவதில்லை. மிகுந்த மகிழ்ச்சியுடன் வந்து அந்தத் தீனியை விரும்பித் தின்று கொண்டு இருக்கிறது.

இதுதான் இயந்திரத் தன்மைக்கு மாறுபட்ட உயிர்த் தன்மையாகும்.

இதைத்தான் ‘ஆர் உயிர் முறை வழிப்படும்’ என்கிறது புறநானூறு.

அதாவது ஆற்றில் கட்டையைப் போட்டால் ஆற்றோடு போகும்.

மனிதனைத் தூக்கி ஆற்றில் போட்டால் அவன் ஆற்றோடு போக மாட்டான். ஆற்றின் நீரில் எதிர்த்து நீந்துவான். கரையேறிவிடுவான்.

இதுதான் யோகத்தின் குறிக்கோளாகும்.

பிறவி எடுத்த ஒருவர் முன் பிறவியில் அவர் செய்த காரியத்தின் பயனை அனுபவிக்கிறார். புதிய காரியங்களையும் செய்கிறார்.

முன்பிறவியில் செய்த காரியங்களின் பயன்கள் இந்தப் பிறவியில் செய்யும் காரியங்களினால் மாற்றப்படுவதும் உண்டு.

கர்மங்களில் மூன்று வகை உண்டு.

முன் பிறவிகளில் அனுபவிக்கப்பட்ட சஞ்சித கர்மம் ஒருவகை. இரண்டாவது கர்மம் இந்தப் பிறவியில் அனுபவித்துக் கொண்டு இருக்கிற பிராரப்த கர்மம். மூன்றாவது கர்மம் இனி அனுபவிக்க வேண்டிய கர்மங்களாகிய ஆகாமிய கர்மம் என்பவை.

இது ஒரு வில் வீரன் செய்த, செய்கின்ற, செய்யும் கர்மங்கள் ஆகும்.

அவனுடைய அம்பறாத்தூணியில் பல அம்புகள் இருக்கின்றன.

திறமையான ஒரு வில்லாளி அம்பறாத்தூணியில் இருந்து ஒரு அம்பை எடுத்து எய்கிறான். அந்த அம்பு சென்றவுடன் தொடர்ந்து மின்னல் வேகத்தில் அம்பறாத்தூணியில் இருந்து அம்புகளை எடுத்து வில்லில் பூட்டி அம்பை எய்து வெற்றி பெறுகிறான்.

வில்லில் வைத்து எய்த அம்பை திரும்பப் பெற முடியாது. இது சஞ்சித கர்மம்.

வில்லில் வைத்து எய்து கொண்டிருக்கிற அம்பு பிராரப்த கர்மம்.

இனி எய்யப்போகும் அம்பு ஆகாமிய கர்மம்.

இந்த உடம்பு இருக்கும் வரையில் அதற்கு உரிய கர்மங்களை அது செய்துகொண்டுதான் இருக்கும்.

இனி செய்யவேண்டிய கர்மங்களையும் அது திட்டமிட்டு செய்து முடிக்க வேண்டி இருக்கும்.

இதற்கு முன் அது செய்திருக்கும் கர்மங்களின் பயன்களையும் அது அனுபவித்துக்கொண்டு இருக்கும்.

இந்தப் பிறவியில் ஒருவர் செய்கின்ற செயலும் எண்ணுகின்ற எண்ணங்களும் வரும் பிறவிகளில் தொடர்ந்து வரும் ஆற்றலைத் தானே பெற்றுவிடும்.

இது இனி எய்யவேண்டி இருக்கும் அம்பின் வேகத்தைக் குறிப்பிடுகிறது. உயர்ந்த எண்ணங்களின் மூலமாக இதை அடக்கி ஆளவும் முடியும்.

இவ்வாறு எண்ணத்தின் மூன்று வகையான உருவங்களை முறையாக அடக்கி ஆள்வதுதான் யோகத்தின் பயனாகவும் குறிக்கோளாகவும் அமையும்.

எல்லாக் காரியங்களும் தங்கும் இடமாக இருப்பது அம்புகள் தங்கி இருக்கும் அம்பறாத்தூணி போன்றது ஆகும்.

இவ்வாறு நித்ய வாழ்வை அடையக்கூடியவர் கர்மத்தை வகைப்படுத்தியும், சுத்தப்படுத்தியும், உயர்த்தியும் பயன்பெறுவார்கள். இவற்றை கர்மம், அகர்மம், விகர்மம் என்று ஞான யோகிகள் சொல்வார்கள்.

பிறவிப் பெருங்கடல் நீந்துவர் நீந்தார்
இறைவன் அடி சேராதார்

இறைவனுடைய திருவடியை அடைந்தவர் பிறப்பையும், இறப்பையும் கடந்தவர். இறைவனுடைய திருவடியை அடையாதவர் பிறப்பு, இறப்பு என்ற சுழற்சியில் சுழன்றுகொண்டு இருப்பார் என்கிறார் திருவள்ளுவர்.





13. ஸதி மூலே தத்விபாகோ ஜாத்யாயுர் போகா: ||

வித்து இருக்கும்போது அது முளைப்பதால் பல விளைவுகள் ஏற்படுகின்றன.

இந்த விளைவுகள் உயிர் இனங்கள் ஆகின்றன. அந்த உயிர் இனங்களின் வாழ்க்கையால் மற்ற உயிர்களுக்கு வேண்டிய பலவகையான பயன்களும், உதவிகளும் கிடைக்கின்றன.

நாம் ஒவ்வொருவரும் அடுத்த பிறவியில் எந்த உயிர் இனத்தில் பிறக்க வேண்டி இருக்கும் என்பதைப் பற்றி சொல்ல முடியாது.

மீண்டும் நமக்கு மனிதப் பிறவியே கிடைக்கும் என்றும் சொல்ல முடியாது.

இந்தப் பிறவியில் விலங்கைப் போல வாழ்க்கை நடத்தினால், அடுத்த பிறவியில் விலங்காகத்தான் பிறக்க வேண்டி இருக்கும்.

பிறரை ஏமாற்றிக்கொண்டு, நயவஞ்சகத்துடன் வாழ்ந்து வருவோமானால் அடுத்த பிறவியில் இந்தக் குணங்களை உடைய நரியாகத்தான் பிறக்க வேண்டும்.

நாம் கண்டதைத் தின்றுகொண்டு வாழ்வதுதான் வாழ்க்கை என்று எண்ணுவோமானால், அடுத்த பிறவியில் பன்றியாகத்தான் பிறக்கவேண்டி இருக்கும்.

இப்படிச் சொல்வது பரிணாம வளர்ச்சிக்கு விரோதமாக இருக்கிறதே என்று விஞ்ஞானிகள் எண்ணிவிடக் கூடாது.

தனிப்பட்ட முறையில் ஒவ்வொருவரும் அவரவர் இயல்புக்கு ஏற்ப பரிணாம முறையில்தான் வளர்ந்துகொண்டு வருகின்றனர். உயிர் இனங்களும் தொடர்ந்து பரிணாம முறையில் தான் வளர்கின்றன.

ஆனால் நாம் இந்தப் பிறவியில் எந்த சிந்தனைகளுடன் செயல்படுகிறோமோ, அந்தச் சிந்தனை களில் எது ஆற்றல்மிக்கதாக இருக்கிறதோ, அந்த சிந்தனைக்கு உரிய குணமுடைய உயிர் இனத்தில்தான் நாம் பிறக்க நேரிடும்.

எந்த விஷயத்தையும் அனுபவிப்பது உடல் அல்ல. உயிர்தான் அனுபவிக்கிறது. இந்த அடிப்படை உண்மையை மறந்துவிட வேண்டாம்.

உயிர் ஒரு விஷயத்தை அனுபவிப்பதற்கு உடலையும், மனத்தையும் பயன்படுத்திக் கொள்கிறது.

உடலும் மனமும் உயிரைப் போல உணர்வுடைய பொருள் அல்ல. அதாவது சேதனப் பொருள் அல்ல. அவை அசேதனப் பொருள்கள்தான்.

உடம்பு அனுபவத்துக்கு தூலமாகப் பயன்படுகிறது. ஒரு மலரின் மணத்தை மூக்கு அனுபவிப்பதாக எண்ணிக் கொண்டு இருக்கிறோம். இது தவறு. மூக்கின் மூலமாக ஒரு மலரின் மணத்தை உயிர்தான் அனுபவிக்கிறது.

ஒரு மலரின் மணம் வேறு மலர்களின் மணத்தில் இருந்து வேறுபடுவதை அந்த மலரின் மணத்தின் மூலமாக உயிர் உணர்ந்துகொள்கிறது.

ரோஜா மலரை எடுத்து முகர்ந்து பார்க்கிறோம். அப்போது நம்முடைய மனம் வேறு ஒரு சிந்தனையில் ஈடுபட்டு இருந்தால் அதன் ஒத்துழைப்பு உயிருக்குக் கிடைக்காது. அப்படி மனம்வேறு சிந்தனையில் இருக்கும்போது ரோஜா மலரின் மணத்தை உயிராலும் அனுபவிக்க முடியாது.

நாம் ஓர் புத்தகத்தை மிகவும் ரசித்து படித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். அதன் ரசனையில் அப்படியே மூழ்கிக் கிடக்கிறோம்.

அப்போது நம்முடைய நண்பர் வருகிறார். நம்மைக் கூப்பிடுகிறார். நாம் அவரை கவனிக்கவில்லை. மீண்டும் உரத்த குரலில் கூப்பிடுகிறார். அப்போதும் அவர் கூப்பிடுவது நம்முடைய காதில் விழுவதில்லை.

காரணம், அந்த சமயத்தில் நம்முடைய மனம், நம் காதுகளுடன் தொடர்பு கொண்டு இருக்கவில்லை. புத்தகத்தில் இருக்கும் விஷயத்துடன் தொடர்பு கொண்டு இருக்கிறது.

மனிதர்களுக்கும் மனம் உண்டு. விலங்குகளுக்கும் ஒரு வரம்புக்கு உட்பட்ட மனம் உண்டு.

மனித மனம் சிந்திக்கும் ஆற்றலுடையது. அந்த சிந்தனையை மேலும் மேலும் வளர்த்து முன்னேறக்கூடிய ஆற்றல் மனித மனத்துக்கு மட்டும் இருக்கிறது.

விலங்கின் மனமோ உண்ணுவதும், உறங்குவதும், இனவிருத்தி செய்வதும், தேவையில்லாமல் மற்ற விலங்குடன் மோதிக் கொள்வதுடன் நின்றுவிடுகிறது.

இதனால்தான் பல ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன் ஒரு யானையோ, புலியோ, பறவைகளோ எப்படி இருந்தனவோ அப்படியேதான் இன்றைக்கும் இருக்கின்றன.

மனிதன் சிந்தனையினாலும், மொழியினாலும், தன்னுடைய சந்ததிகளுக்கு தன் சிந்தனைகளைக் கொடுத்து அவர்கள் மேலும் மேலும் உயர்வதற்கு வழிகாட்டிக் கொண்டே இருக்கிறான்.

மனிதனின் மனம் ஒன்றுக்குத்தான் இந்த ஆற்றல் உண்டு. இந்த ஆற்றலை முறைப்படி வளர்த்துக் கொள்வது தான் யோகம்.

யோகம் மனிதனை, முழு மனிதனாகவும், மாமனிதனாகவும் உயர்த்தும் ஆற்றலைக் கொடுக்கக் கூடியது.

இதற்குக் காரணம் என்ன? மனிதன் ஒரு குறிக்கோளுடன் வாழும் ஆற்றல் படைத்தவன்.

பாலனாய்க் கழிந்தநாளும் பனிமலர்க் கோதைமார்தம்
மேலனாய்க் கழிந்தநாளும் மெலிவொடு மூப்புவந்து
கோலனாய்க் கழிந்தநாளும் குறிக்கோள் இலாது கெட்டேன்
சேல்உலாம் பழனவேலி திருக்கொண்டீச்சரத்து உளானே!

என்று அப்பர் பெருமான் ஒரு மனிதன் குறிக்கோளுடன் வாழ வேண்டிய அவசியத்தை மிக அருமையாகத் தம் அனுபவத்தைக் கொண்டே சொல்கிறார்.

ஒரு மனிதனுடைய வாழ்க்கையில் குறிக்கோள் ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்துடன் நிலைத்து வாழ்வதுதான்.

இந்தக் குறிக்கோளை அடைவதற்குத்தான் மனிதன் முயன்று கொண்டு இருக்கிறான். பலவகையான தொழில்களையும் செய்துகொண்டு வாழ்ந்து வருகிறான்.

மனிதன் பிறவிதோறும் தன் குறிக்கோளுக்கு ஏற்ப வளர்கிறான்.

இப்படி மனிதனுடைய பல பிறவிகளின் யாத்திரைக்கு அவன் உடல் அவனுக்கு ஒரு வாகனமாகப் பயன்படுகிறது. அவன் பெற்ற மனித உடலை நல்ல குறிக்கோளை நோக்கிச் செல்லும் வாகனமாக அவன் பயன்படுத்த வேண்டும்.

அப்படி பயன்படுவதற்கு உரிய குறிக்கோளைக் கூறுவதுதான் யோகம்.

பிறப்பு ஒக்கும் எல்லா உயிர்க்கும் சிறப்பு ஒவ்வா
செய்தொழில் வேற்றுமை யான்.

எல்லா உயிர்களுக்கும் பிறப்பு ஒரே விதமாகத்தான் இருக்கிறது. ஆனால் அந்தந்த உயிர்கள் செய்கிற தொழில்களின் வேறுபாட்டால் அந்த உயிர்களுக்கு சிறப்புகள் ஏற்படுகின்றன.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள் ஆகும்.

சாலையில் ஒரு நாய் நிற்கிறது. அந்த நாய் முற்பிறவியில் ஒரு ஞானயோகியாகக்கூட இருந்திருக்கலாம்.

அந்த ஞானயோகி செய்ய நேர்ந்த ஒரு சிறிய தவற்றால் இந்தப் பிறவியில் அவர் நாயாக சாலையில் அலைகிறார்.

ஒரு நரி அதன் முற்பிறவியில் மனிதனாக இருந்திருக்கலாம். அப்போது அந்த மனிதன் நயவஞ்சகனாக வாழ்ந்திருப்பான். பிறரை ஏமாற்றிப் பொருள் சேர்த்து வரும் கலப்பட வியாபாரக் கும்பலில் ஒருவனாக இருந்திருக்கலாம். அதனால் இந்தப் பிறவியில் அவன் நரியாகப் பிறக்க நேர்ந்திருக்கலாம்.

ஒரு தேளும் அதன் முற்பிறவியில் மனிதனாக இருந்திருக்கலாம். மிகப் பெரிய தொழிற்கூடத்தின் தலைவனாகவும் இருந்திருக்கலாம். அப்போது தமக்குக் கீழே வேலை பார்த்த அலுவலர்களை ஓயாமல், சுடு சொல்லால் தேள்போல கொட்டிக்கொண்டே இருந்திருக்கலாம். அதன் பயன்தான் இந்தப் பிறவியில் அந்தத் தொழிலதிபர் தேளாகப் பிறந்திருக்கிறார்.

நாம் பார்க்கின்ற விலங்குகளை எல்லாம் வெறும் விலங்குகள் என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

முற்பிறவியில் இந்த விலங்குகள் மனிதனாக இருந்து பல தவறுகள் செய்ததன் விளைவாக தவறுகளுக்கு ஏற்ப விலங்குகளாகப் பிறந்திருக்கலாம்.

ஒவ்வொரு உயிரும் பரிணாம முறையில் பல உயிர் இனங்களின் உடம்புகளைப் பெற்று உயரவும் தாழவும் நேர்ந்திருக்கிறது.

இந்த சூத்திரத்தில் பதஞ்சலி முனிவர், ‘ஒவ்வொரு உயிரும் தான் செய்த நன்மைகளுக்கும், தீமைகளுக்கும் ஏற்றபடி பல உயிர் இனங்களின் உடலைப் பெறுகிறது.

அந்த உடல்களால் அனுபவிக்கவேண்டிய அனுபவங்களையும் அனுபவிக்கிறது.

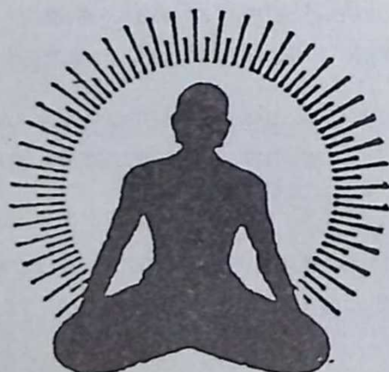
காரணம் பிறவிதோறும் அந்த உயிர் செய்கிற கர்மத்துக்கு ஏற்றபடிதான் பிறவியும் அதனால் ஏற்படும் பயனும், அனுபவமும் உண்டாகின்றன' என்கிறார்.

பிறப்பென்னும் பேதமை நீங்கச் சிறப்பென்னும்
செம்பொருள் காண்பது அறிவு

பிறப்பு என்பது பலவகையான இன்ப துன்பங்களைத் தரக்கூடியது. அதில் இருந்து விடுதலை பெற்று மாமனித நிலைக்குச் சென்று ஆன்ம நேய ஒருமைப்பட்டு உரிமையுடன் நிலைத்து வாழ்வதுதான் மனிதப் பிறவி எடுத்தவர்கள் அடைய வேண்டிய பயன் ஆகும்.

இதைத்தான் ஆன்ம லாபம் என்கிறார் திருஅருட்பிரகாசர்.

இந்த பெறற்கு அரிய ஆன்ம லாபத்தை இறை உணர்வுடன் கூடிய முறையான யோகப் பயிற்சியின் மூலமாக அடையலாம் என்பதை பதஞ்சலி முனிவர் நமக்குச் சொல்லிக் காட்டுகிறார்.





14. தே உற்லாத பரிதாப பலா: புண்யா புண்ய ஹேதுத் வாத்

கர்மம் என்பது செய்கின்ற செயலின் நல்ல விளைவையும், தீய விளைவையும் பொறுத்தது.

நல்ல செயல்களுக்கு நல்ல விளை.வும், தீய செயலுக்கு தீய விளைவும் ஏற்படுகிறது.

நல்ல விளைவுகள் என்பவை இன்பத்தையும், தீய விளைவுகள் என்பவை துன்பத்தையும் குறிப்பிடுகின்றன.

இன்பம் தருகின்ற செயலும், துன்பம் தருகின்ற செயலும், அவரவர் செய்து வருகின்ற காரியங்களாலேயே ஏற்படுகின்றன.

மற்றவர் யாரும் அதற்குப் பொறுப்பேற்க முடியாது.

இதை நினைவில் வைத்துக்கொண்டால் போதும். யாரிடமும் எந்த விதமான குற்றமும் ஒருவரால் கண்டுபிடிக்க முடியாது.

ஒருவர் தமக்கு நண்பராகவும் விளங்கலாம். பகைவராகவும் விளங்கலாம். இதையே,

பெருமைக்கும் ஏனைச் சிறுமைக்கும் தம்தம்
கருமமே கட்டளைக் கல்

என்கிறது திருக்குறள். அவரவர் செய்கின்ற செயல்தான் அவரவர் உயர்வுக்கும் தாழ்வுக்கும் உரைக்கல்லாக விளங்குகிறது.

இவ்வாறு அவரவர் செயலுக்கு அவரவரே பொறுப்பேற்க வேண்டும் என்பது தனி மனிதர் சம்பந்தப்பட்ட வரையில் உண்மைதான்.

குடும்பத்துக்கும், சமூகத்துக்கும் இந்த வரையறை பொருந்தாது.

நாட்டின் உயர்வுக்கு நாட்டின் தலைவனே பொறுப்பாளியாகிறான்.

குடும்பத்திற்கு குடும்பத் தலைவனே பொறுப்பாளி யாகிறான்.

இது ஒரு யோகிக்கு எப்படிப் பொருந்தும்?

யோகத்தின் எட்டு அங்கங்களில் விலக்கல், விதித்தல், இருக்கை என்ற மூன்று அங்கங்களும் சூழ்நிலையில் இருக்கும் மற்றவர்களைப் பொறுத்தே அமைகின்றன. இதை,

மனத்து உளதுபோலக் காட்டி ஒருவர்க்கு
இனத்து உளதாகும் அறிவு

என்று திருக்குறள் விளக்குகிறது.

அவரவர் முயற்சியும் அதனால் உண்டாகிற அறிவும் அவர் மனத்தில் இருந்தே உண்டாவதைப் போல தோன்றுகின்றன.

உண்மையில் அவருக்கு வழிகாட்டுகிற மற்றவர் களாலும் அவருக்கு அறிவு உண்டாகிறது என்பதை மறந்து விடக்கூடாது.

இதை மேலே இருக்கும் திருக்குறளில் இருக்கும் 'தம்தம்' என்ற சொற்களே தெரிவிக்கின்றன.





15. பரிணாம தாப ஸம்காரது: கினகர் குண வீருத்தி விரோதாச்ச து : க்கமேவ ஸர்வம் விவேகின: ||

உண்மையான பகுத்தறிவு உள்ளவர்க்கு எதுவும் துன்பமாகவே தோன்றுகிறது. காரணம் அவர் செய்த செய்கின்ற ஒவ்வொரு செயலும் அதன் பதிவுகளை அவருடைய மனத்தில் விட்டுச் செல்கின்றன.

அவை அந்த மனிதன் வாழ்கிற கூட்டத்திலும் பரவுகின்றன. அதனால் ஏற்படும் விளைவுகளையும் அந்தக் கூட்டத்தில் ஏற்படுத்துகிறது.

பயமும் கவலையும் தீய விளைவுகளுக்கு அடிப்படையாக இருக்கின்றன.

எனவே அவற்றை ஞான யோகி எதிர்த்து முன்னேற வேண்டுமானால், இறைவனிடம் அவர் உண்மையான நம்பிக்கையையும், ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தையும் வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இப்படி வாழ்க்கை முறையை அமைத்துக் கொண்டால், இதுவரையில் யோகப் பயிற்சியிலும், வாழ்க்கையிலும் அடைந்திருக்கின்ற முன்னேற்றத்தை இழந்து விடுவோமோ என்ற பயமும் கவலையும் ஏற்படாது.

நம்பிக்கையிலும் எண்ணத்திலும் ஏற்படுகிற முரண்பாடுகள்தான் மூன்று குணங்களின் வேறுபாடுகளுக்குக் காரணம் ஆகின்றன.

சத்வ குணம் உள்ள ஒருவர் தெய்வ நம்பிக்கையிலும், புதிய புதிய உண்மைகளைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆர்வத் துடிப்புடனும் இருப்பார்.

தாமச குணம் உள்ள ஒருவர் அறிவில் தெளிவு இல்லாமலும், எந்த செயலிலும் ஈடுபடாமலும் சோம்பேறியாக இருப்பார்.

சத்வ குணம், தாமச குணம் இரண்டும் பொருந்திய ஒருவர் ஏதோ ஒரு வகையில் செயல்படுவதால் அவரை ராஜஸ குணம் உடையவர் என்று சொல்வார்கள்.

இத்தகைய மூன்று குண வேறுபாட்டால் மனிதனின் வாழ்க்கை நிலைகளும் வேறுபடுகின்றன.

இப்படிப்பட்ட பரம்பரைத் தடைகளை எதிர்த்து ஒருமுகமாக ஞான யோகத்தில் ஈடுபடுபவர் எதிலும் வெற்றியே பெறுகிறார்.

பதஞ்சலி முனிவர் ஆன்மிக உலகத்துக்கு மிக முக்கியமான ஒரு சூத்திரத்தை வழங்கி இருக்கிறார்.

முக்குணங்களினால் ஏற்படும் முரண்பாடுகளைப் போக்கி வாழ்க்கையில் முன்னேறுவது எப்படி என்ற சிந்தனையோடு ஒவ்வொரு நாளும் தியானம் செய்து வரவேண்டும் என்கிறார்.

இவ்வாறு தியானம் செய்து வந்தால் துண்டுபட்டுக் கிடக்கும் நம் வாழ்க்கை ஒன்றுபட்டு உயரும்.

இப்படி உயர்வதைத்தான் சமாதி நிலை என்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

பகுத்தறிவு உள்ளவர்களுக்கு தமக்கு வெளியில் இருந்து வருகின்ற எல்லா எண்ணங்களும் உணர்வுகளும் துன்பத்தையே கொடுக்கின்றன.

ஆனால் உள்ளும் புறமும் ஒத்து தெய்வ நம்பிக்கையுடன் யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடுபவர்கள் வாழ்க்கையில் முன்னேறுகிறார்கள்.

இவர்களை உலகம் வெறும் பகுத்தறிவு வாதிகள் என்று பாராட்டுவதில்லை.

உள்ளும் புறமும் ஒத்து விளக்கும் முழு உண்மையை கண்டுகொள்ளும் ஆற்றல் வாய்ந்த தொகுத்து அறியும் சாதனையாளர்கள், அதாவது ஞான யோகிகள் 'அறிவுர்கள்' என்று உலகம் போற்றுகிறது.

இதைத்தான் 'ஒத்தது அறிவான் உயிர் வாழ்வான்' என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

'ஒத்தது' என்றால் அவரவர் அனுபவத்துக்கும் நடைமுறைக்கும் பொருந்துவதையே குறிப்பிடுகிறது.

ஒருவர் மற்றவர்க்கு அழியாத இன்பத்தைக் கொடுத்துவிட முடியாது.

ஒவ்வொருவரையும் அவரவர் உள்ளிருந்து இயக்கிக் கொண்டு இருக்கிற இறைவனால்தான் அதைக் கொடுக்க முடியும்.

கூட இருப்பவர் ஒருவருக்குத் தற்காலிகமான இன்பத்தை மட்டுமே கொடுக்க முடியும். நிலையான இன்பத்தைக் கொடுக்க முடியாது.

பிறர் தரும் தற்காலிக இன்பம் நிலையற்றது மட்டும் அல்ல. முடிவில் துன்பத்தையே கொடுக்கக்கூடியது.

நிகழ் காலத்தில் ஒருவர் அனுபவிக்கும் இன்பம் நிலைத்து இருக்காது என்ற பயத்துடன் விளங்குகிறது.

அதனால்தான் அது துன்பத்திலேயே போய் முடிகிறது.

இதனால்தான் பரிபூரணமான ஞானயோக வழியில் செல்ல வேண்டும் என்கிறார். இப்படிச் செல்வதற்கு 'அச்சம் பூஜ்யமாக வேண்டும்' என்று வலியுறுத்துகிறார்கள்.

ஒருவர் அமைச்சராகப் பொறுப்பேற்றுக் கொள்கிறார். அவரை ஆயிரக்கணக்கான மக்கள் பாராட்டுகிறார்கள்.

அவருடைய செயலின் குறைபாட்டாலோ, அமைச்சர் பதவி மாறுவதாலோ அவருடைய புகழ் போய்விடுகிறது. பெரும் துன்பத்தில் அவரை ஆழ்த்திவிடுகிறது.

பதவி உயர உயர இத்தகைய துன்பத்தின் அளவும் உயருகிறது.

மக்களுக்குச் சேவை செய்யும் உணர்வில்லாமல் பதவியில் இருப்பவர் அந்தப் பதவியினால் ஏற்படும் தற்காலிகமான இன்பத்திலேயே வாழ்கிறார். இப்படிப்பட்ட தற்காலிகமான இன்பத்தில் தன்னை இழந்துவிடக்கூடாது. அப்படி இழந்துவிடுபவன் ஞானயோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடுவதற்குத் தகுதியற்றவன்.

சென்ற கால அனுபவத்தை மூலதனமாக வைத்து வருங்கால இன்பத்தையும் வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

இதையே, 'நிகழ்ந்தது நினைத்தற்கு ஏதுவும் ஆகும்; நிகழ்ந்தது கூறி நிலையலும் திணையே' என்கிறது தொல்காப்பியம்.

ஒரு குருவையோ, அரசியல் தலைவரையோ ஆயிரக் கணக்கான மக்கள் பின்பற்றுகின்றனர்.

ஆனால் அவர்களைப் பின்பற்றுகிற மக்களுடைய நம்பிக்கைக்கு விரோதமாக அரசியல் தலைவரோ, குருவோ நடந்துகொண்டால் என்ன ஆகும்?

அவர்களைப் பின்பற்றி வந்தவர்கள் ஒவ்வொருவராக விலகிவிடுவார்கள்.

அரசியல் தலைவரின் உன்னத நிலையும், குருவிற்கு இருந்த மகத்தான புகுழும் மறைந்து விடுகின்றன.

புகழின் உச்ச நிலையில் இருந்த அரசியல் தலைவரின் நிலையும், குருவின் நிலையும் முடிவுக்கு வந்து விடுகிறது. அவர்கள் அனுபவித்து வந்த புகழ் இன்பம் மறைந்துவிடுகிறது.

இதைத்தான்,

வருமுன்னர்க் காவாதான் வாழ்க்கை, எரிமுன்னர்
வைத்தூறு போலக் கெடும்

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

எதிர்காலத்தைப் பற்றிச் சிறிதும் சிந்திக்காமலும், சென்ற கால அனுபவத்தை போதுமான அளவு பயன்படுத்தாமலும் இருப்பவரின் வாழ்க்கை என்ன ஆகும்?

வைக்கோல் போரில் நெருப்புப் பற்றி அவை அழிந்து விடுவது போல இவர்களுடைய வாழ்க்கையும் இருந்த இடம் தெரியாமல் போய்விடும்.

உயர்ந்த பதவியானது ஏராளமான பணம் சேர்ப்பதற்கு வேண்டுமானால் பயன்படும்.

அது துன்பத்துக்கே அடி கோலுவதாகும்.

எப்படி?

பலர் பங்கு மார்க்கெட்டின் மூலமாகத் திடீர் பணக்காரர்களாக விரும்புகின்றனர். அப்படிப்பட்டவர்கள் தினப் பத்திரிகைகளை வாங்கியதும் பங்கு மார்க்கெட்டைப் பற்றிய செய்தியையே ஆர்வத்துடன் பார்க்கிறார்கள். இவ்வாறு பார்ப்பதற்குக் காரணம் பணம் சேர்ப்பதில் அவர்களுக்கு உள்ள வரம்பற்ற ஆவல்தான்.

இப்படிப்பட்ட பலரை நான் நேரில் பார்த்திருக்கிறேன்.

ஒருநாள் பங்கு மார்க்கெட்டின் மதிப்பு முந்திய நாளைவிட ஒரு சதம் உயர்ந்திருந்தால் போதும். அடுத்த நாள் செய்தித்தாளை பேரார்வத்துடன் அவர்கள் பார்க்கத் துடிப்பார்கள்.

மறுநாள் காலை செய்தித்தாள் வருவதற்கு முன் அவர்களுடைய ஆர்வம் வரம்பு கடந்து வளர்ந்துகொண்டே இருக்கும்.

அதனால் இரவில் தூக்கம்கூட இல்லாமல் படுக்கையில் புரண்டு கொண்டு இருப்பார்கள். எப்பொழுது விடியும், காலைப் பத்திரிகை வரும், பங்கு மார்க்கெட்டின் செய்தியைப் பார்ப்போம் என்ற நினைவிலேயே மிதந்து கொண்டிருப்பார்கள்.

இப்படிப்பட்ட மனோ நிலையில் இருப்பவர்கள் தங்களிடம் இருக்கும் செல்வத்தை உண்மையில்

அனுபவிக்கவா செய்கிறார்கள்? இல்லை என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.

காரணம் அவர்கள் பணத்தை மேலும் மேலும் சேர்ப்பதற்குத் துடிக்கிறார்கள். இதனால் அவர்கள் தங்களிடம் இருக்கும் பணத்தையும் சரியாக அனுபவிப்பதும் இல்லை.

வருங்காலத்தில் கிடைக்கும் பணத்தைப் பற்றிய கவலையும், பயமும் நிகழ் காலத்தில் அவர்களிடம் இருக்கும் செல்வத்தைக்கூட அவர்களால் அனுபவிக்கவும் விடுவதில்லை.

அவர்கள் கட்டுகிற மனக்கோட்டையிலேயே அவர்கள் வாழ்க்கை சிதைந்து போகிறது.

ஒருவர் நல்ல பதவியில் இருந்தாலும், அவர் பணத்தை மட்டும் எதிர்பார்த்து அடையும் துன்பத்துக்கு அளவே இல்லை.

அவர் தம்முடைய பதவியை இழந்து விடுவோமோ என்று பயப்படுவதும், பணம் வராமல் போய்விடுமோ என்று கவலைப்படுவதும் பலரும் பார்த்து நகைக்கத்தக்க செயலில் அவரை ஈடுபடுத்துகின்றன.

அவர்கள் தங்கள் பொருள்களை மட்டுமா இன்ஷூரன்ஸ் செய்கிறார்கள்? அதாவது காப்பீடு செய்கிறார்கள். தம்முடைய கண்ணையும் காதையும், மூக்கையும், ஏன் விரல்களைக்கூட காப்பீடு செய்கிறார்கள்!

இதனால் ஒரு பொருளைத் தொடுவதற்குக் கூட நடுங்குகிறார்கள்.

இப்படிப்பட்ட வினோதமான செயல்களுக்கெல்லாம் காரணம், அவர்களுக்குப் பணத்தின் மீது இருக்கின்ற வரம்பு கடந்த ஆசைதான்.

குற்றம் உடைய விருப்பத்திற்குத்தான் 'ஆசை' என்று பெயர்.

ஆசை என்ற சொல்லில் இருக்கும் 'ஆசு' என்பது குற்றத்தைக் குறிப்பிடுவது.

இதனால்தான் 'ஈசனோடு ஆயினும் ஆசை அறு மின்' என்கிறார் திருமூலர்.

ஒருவர் முன் குறிப்பிட்ட மூன்று குணங்களாலும், மூன்று காலங்களாலும் எப்படி சீர் குலையாமல் வாழ்வது ?

இந்தக் கேள்விக்குத் தகுந்த பதிலை நடைமுறைக்குப் பொருத்தமாகக் கண்டுபிடித்து வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ளுவதுதான் ஞானயோகம்.

இதன் விரிவையே பதஞ்சலி முனிவர் தம்முடைய ஞான யோக நூலின் நான்கு பாதங்களிலும் விளக்கி யிருக்கிறார்.

வருங்காலத்தைப் பற்றியே எண்ணிக்கொண்டு இருப்பதும், நிகழ் காலத்தையே நினைத்துக்கொண்டு இருப்பதையும் ஒரு யோகியின் செயலாக மதிக்க முடியாது.

இதைத்தான் ஏழு வகையான வெற்றிகளில் மிக உயர்ந்த வெற்றியைப் பற்றி பேசும்போது,

"மூவகைக் காலமும் நெறியின் ஆற்றிய அறிவர் பக்கமும்" என்று தொல்காப்பியம் இலக்கணம் வகுத்து கொடுத்திருக்கிறது.

வருங்காலத்தையும், சென்ற காலத்தையும் ஒரு தராசின் இரு தட்டுகளில் வைத்து நிறுத்துப் பார்த்து நிகழ்கால வாழ்க்கையை ஒழுக்கத்துடன் நடத்துபவருக்குத்தான் அறிவர் என்று பெயர்.

ஞான யோக வாழ்க்கையில் ஈடுபட்டு நிலையான வாழ்க்கையைப் பெறுவதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும் ?

இன்பம் என்பது வெளியில் இருந்து வருவதில்லை.

ஒவ்வொருவரும் விரும்புகிற இன்பத்தை தகுந்த முறையில் முயன்று அவர் அவரே பெற வேண்டும்.

மற்றவர்களை எதிர் பார்த்துக்கொண்டு இருக்கக் கூடாது.

அவர் தமக்கு வரும் இன்பத்தை வரவேற்பது போலவே, அந்த இன்பம் அவரிடத்தில் இருந்து பிரியும்போது அதைப்பற்றிக் கவலைப்படாமல் மகிழ்ச்சியுடன் அனுப்பி வைக்கும் மனோதிடமும் வேண்டும்.



பரிணாம தாப ஸம்காரதுঃ க்கைகர் குண வ்ருத்தி விரோதாச்சதுঃ க்கமேவ ஸர்வம் விவேகினঃ ||

நம்மிடம் இருந்து இன்பங்கள் பிரியும்போது அவற்றை மகிழ்ச்சியுடன் அனுப்பி வைக்கும் தைர்யம் வேண்டும்.

இதற்கு வேண்டிய தைர்யம் இல்லை என்றால் சென்ற காலத்தில் நாம் அனுபவித்த இன்பங்களே துன்பங்களாக மாறிவிடும்.

நடைமுறையில் ஏற்படுகிற இன்பங்களையும் அனுபவிக்க முடியாமல் செய்துவிடும்.

வருங்காலத்தில் வரக்கூடிய இன்பங்களைப் பற்றியும் எண்ணிப்பார்க்க முடியாது.

காரணம் சென்ற காலத்தில் நாம் அனுபவித்த இன்பங்களின் பதிவுகள் மனதை ஒருமுகப்படுத்த முடியாமல் தடையாக நிற்கும்.

இங்குதான் யோகப் பயிற்சி நமக்குக் கைகொடுக்க முன் வருகிறது.

"முன் ஒரு சமயம் நான் மிக உயர்ந்த பென்ஸ் கார் வைத்திருந்தேன். அதுபோன்ற பென்ஸ் காரை என்னால் திரும்பவும் வாங்க முடியுமா என்பதை பற்றி நினைத்துப் பார்க்கவும் முடியவில்லை.

நான் வைத்திருந்தது போன்ற பென்ஸ் காரை வேறு யாராவது வைத்திருப்பதைப் பார்க்கும்போது என்னால் தாங்கிக் கொள்ள முடியவில்லை.

அந்த பென்ஸ் காரை உபயோகிப்பவர் மீது எனக்குப் பொறாமையே ஏற்படுகிறது.

அந்த பென்ஸ் கார், நான் பென்ஸ் கார் வைத்துக் கொண்டு உல்லாசமாக வாழ்ந்ததையும், அந்த நாளில் சமுதாயத்தில் எனக்கு இருந்த அந்தஸ்தையும், புகழையும் நினைவூட்டுகிறது. அதனால் நான் வேதனையடைய வேண்டி இருக்கிறது."

உண்மையில் இந்த உலகத்தில் இருக்கும் எதையும் தீயது என்று சொல்லிவிட முடியாது.

நன்மையும் தீமையும் நம்முடைய எண்ணத்தினால் விளைபவைதான்.

இதற்கு என்ன காரணம்?

நம்மிடம் இருக்கும் மூன்று குணங்களும் நம்மை ஆட்டிப் படைத்துக் கொண்டு இருக்கின்றன.

சோம்பல் என்ற தாமச இருள் குணம் தோன்றியதும், செயல்படுத்தும் ஆற்றலைக்கொடுக்கும் ராஜஸகுணம், தாமச குணத்தை அடித்து வீழ்த்த வருகிறது.

செயலும் திறமையும் போற்றதக்க வகையில் இருக்க வேண்டும். அப்படிச் செய்ய வேண்டும் என்ற ஒரு உறுத்தல் மனத்தில் ஏற்படுகிறது.

அதனால் தெளிவைக் கொடுக்கும் ஆற்றல் நிறைந்த சத்துவ ஒளிக்குணமும் தோன்றுகிறது.

இவ்வாறு மூன்று குணங்களும் மாறி மாறி வந்து கொண்டு இருப்பதால் மனம் அமைதி இல்லாமல் குழப்பம் அடைகிறது.

இதைத்தான் "முக்குண ரஸத்தால் முறை மறந்து அறைவரே" என்று சொல்வார்கள்.

ஒரு கணத்தில் நாம் இன்பம் என்று விரும்பி அனுபவிப்பதை அடுத்த கணத்தில் அந்த இன்பத்தையே வெறுத்து ஒதுக்கும் நிலையும் ஏற்படுகிறது.

இதற்கு என்ன காரணம்?

நம்முடைய மனதில் ஒளியும் இருளும் மாறி மாறி தோன்றிக் கொண்டிருப்பதால்தான்.

நாம் நல்ல மகிழ்ச்சியுடனும், உல்லாசத்துடனும் இருக்கும்போது அதாவது சத்வகுணத்துடன் – உள்ளம் ஒளி மயமாகி இருக்கும்போது நம்முடைய குழந்தைகள் நம்மிடம் வந்து விளையாடுகின்றன; நாமும் குழந்தைகளைக் கொஞ்சி மகிழ்ச்சி அடைகிறோம்.

களைப்பு, ஏமாற்றம் முதலிய தாமசகுணமும், கோபம் முதலிய ராஜஸ குணங்களும் நம்மிடம் தோன்றி நம்மை ஆட்டிப் படைக்கின்றன.

அந்த சமயத்தில் நம்முடைய குழந்தைகள் நம் தோளைக் கட்டித் தழுவிக்கொண்டு நம்மிடம் அன்பைக் காட்டி விளையாட வருகின்றன. "இப்போது என்னை தொந்தரவு செய்யாதீர்கள். இங்கிருந்து போங்கள்" என்று கடுமையாகச் சொல்லி அவர்களைத் துரத்துகிறோம்.

நாம் குழந்தைகளைப் பார்த்துக் கோபித்துக் கொள்கிறோம்.

ஏன் அடித்து விரட்டக் கூடச் செய்கிறோம்.

இதைத்தான்,

சினம் என்னும் சேர்ந்தாரைக் கொல்லி இனம்என்னும்
ஏமப் புணையைச் சுடும்

என்று சொல்லுகிறார் திருவள்ளுவர்.

ஒருவருக்குக் கோபம் வந்துவிட்டால் அவருக்கு என்ன செய்வது என்றே தெரியாது. தமக்குப் பாதுகாப்பாக, தம்மிடம் அன்புள்ளவர்களாக இருப்பவர்களைக்கூட ஏன் தம் குடும்பத்தினரைக்கூட அடித்துவிடுவார்.

தண்ணீருக்குள் வீழ்ந்து தவிப்பவர் கரையேற வேண்டுமானால் அவருக்குத் தெப்பம் ஒன்று வேண்டாமா?

உலகத்தில் இருந்து அடியோடு எல்லாவற்றையும் துறந்துவிட்டால் நிம்மதியாக இருக்கலாம் என்று பலர் எண்ணுகிறார்கள். அப்படி எண்ணுவது தவறு.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

உண்மையான இன்பம் உலகத்தைவிட்டுத் துறந்து விடும்போதுதான் வருகிறது என்று எண்ணுவது தவறு.

சூழ்நிலையைப் பரிபூரணமாகப் பயன்படுத்தும்போது தான் உண்மையான இன்பம் தோன்றும்.

உலகத்தைவிட்டுத் துறந்து போனால்தான் இன்பம் ஏற்படும், அமைதியாக இருக்கலாம் என்று எண்ணுவது போன்ற மடத்தனம் வேறு ஒன்றுமில்லை.

உலகத்தையும், உடலையும் நம் ஆளுமைக்குள் கொண்டு வருவதுதான் யோகம்.

உலகமே துன்ப மயமானது. அதிலிருந்து விடுபட்டு இமயமலைச் சாரலுக்குத் தவம் செய்யப் போகிறேன் என்று சொல்லுபவன் உண்மையான யோகி ஆகமாட்டான். உண்மையான யோகியின் மனத்தில் உலகம் துன்பமயமானது என்ற எண்ணமே தோன்றாது.

உலகத்தை இன்பமயமாக மாற்றிக்கொண்டு அனுபவிப்பதுதான் யோகம் செய்கிற வித்தகம்.

நான் பலரைப் பார்த்திருக்கிறேன். அவர்கள் தங்கள் குடும்பங்களை நன்றாக நடத்த முடியாமல் திண்டாடுகிறார்கள். அதே சமயம் அந்தக் குடும்பத்தை விட்டு ஓடிவிடவும் அவர்களால் முடிவதில்லை.

இப்படிப்பட்ட நிலையில் இருப்பவர்கள் என்ன சொல்கிறார்கள் தெரியுமா?

"என் வாழ்க்கை எனக்கு வெறுப்பைக் கொடுத்துக் கொண்டு இருக்கிறது. நான் துறவியாகப் போகிறேன். எனக்கு ஒன்றுமே வேண்டாம். நான் ஆன்மிகத் துறையை மேற்கொள்ளப் போகிறேன். தியானத்தில் ஈடுபடப் போகிறேன். யோகப் பயிற்சியை மேற்கொள்ளப் போகிறேன்" என்று சொல்கிறார்கள்.

அவர்களுக்கு உலகத்தைப் பற்றியும் புரிந்து கொள்ள முடியவில்லை. யோகம் என்றால் என்ன என்பதைப் பற்றியும் தெரிந்துகொள்ள முடியவில்லை.

அவர்கள் தங்கள் சொந்தக் குடும்ப வாழ்க்கையில் இருந்து தப்பி ஓட முயல்கிறார்கள். ஒரு ஆசிரமத்தில் போய்ச் சேருகிறார்கள்.

அங்கு ஒரு குடும்பத்தை விட்டுவிட்டு வந்து பல குடும்பங்களின் பொறுப்பை ஏற்க வேண்டியதை உணர்கிறார்கள்.

சொந்தக் குடும்பத்தில் இருக்கும்போது அவரை நேசிப்பவர்கள், அவருக்காகப் பாடுபடுவர்கள் இருந்தார்கள். அவர் செய்கின்ற தவற்றை மன்னித்து மறந்து விடவும் செய்தார்கள்.

ஆசிரமத்தில் அவர் வந்து சேர்கிறார். எல்லா முகங்களும் புதிய முகங்களாகவே இருக்கின்றன.

ஆரம்ப நிலையில் ஆசிரமத்தில் இருப்பவர்கள் அவரை வரும்புவதாகவோ அவரிடம் அன்பு காட்டுவதாகவோ தெரியவில்லை.

ஆசிரமத்தில் இருக்கும் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு பிரச்சனையுடனும் தங்கள் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட குழப்பங்களில் இருந்து மீள முடியாமல் தவித்துக் கொண்டு இருப்பவர்களாகவும் இருக்கிறார்கள்.

தன்னுடன் பழகிய, தன்னுடைய குறையையும், நிறையையும் தெரிந்து தனக்கு உதவி செய்யக்கூடிய மனப்பான்மையுள்ளவர்கள் நிறைந்த குடும்பம் அவருடைய குடும்பம்.

தம் சொந்தக் குடும்பத்தினர்களுடன் இணங்கி வாழ முடியாத ஒருவர், அவரைப் பற்றியே தெரியாத, அவர்மீது எந்த அக்கறையும் இல்லாத ஆசிரம வாசிகளுடன் எப்படி இணங்கி வாழமுடியும் ?

இணங்கி வாழ்வது தான் வாழ்க்கை. பிணங்கி வெளியேறுவது வாழ்க்கையாக இருக்க முடியாது.

நம்மைத் தெரிந்தவர்களுடன், நம்மீது அனுதாபம் உள்ளவர்களுடன் இணங்கி இருப்பதுதான் சுலபம்.

நம்மைத் தெரியாதவர்களுடன் இணைந்து வாழ்வது அவ்வளவு சுலபமான காரியமல்ல. மனத்துக்கு மகிழ்ச்சியும், அமைதியும் கொடுக்கக்கூடிய வாழ்க்கையாக அது அமையாது.

இது தேளுக்குப் பயந்து நல்ல பாம்பிடம் செல்வது போன்ற காரியம்தான்.

தெரியாத பிசாசைவிட தெரிந்த பிசாசு எவ்வளவோ நல்லது அல்லவா ?

ஒருவர் தாம் இருக்கும் சூழ்நிலைக்கு ஏற்றபடி வாழக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அங்கிருக்கும் பொருள்களை வாழ்க்கைக்கு ஏற்றபடி பயன்படுத்தத் தெரிந்து கொள்ளவும் வேண்டும். இதுதான் ஒருவர் வாழவேண்டிய வாழ்க்கை முறையாகும்.

சூழ்நிலை நிலையை அடிக்கடி மாற்றிக்கொள்வதும், அங்கும் இங்கும் எந்தக் குறிக்கோளும் இல்லாமல் ஓடிக் கொண்டு இருப்பதும் வாழ்க்கை அல்ல. வாழும் முறையும் அல்ல.

ஒரு சிறு குடும்பத்தை எப்படிச் செம்மையாக நடத்துவது என்று தெரிந்துகொண்டவரால்தான் ஆசிரமம் போன்ற பெரிய குடும்பத்தையும், சமூகத்தையும் செம்மையாக ஆள முடியும்.

ஒரு குடும்ப வாழ்க்கைதான் பொது வாழ்க்கைக்குப் பயிற்சி கொடுக்கும் பல்கலைக்கழகம்.

இதைத்தான் 'அறன் எனப்பட்டதே இல்லாவாழ்க்கை' என்கிறது திருக்குறள்.

தன்னுடன் வாழ்நாள் முழுவதும் இணைந்து, அவருடைய இன்ப துன்பங்களில் பங்கேற்க வருகிறவள் வாழ்க்கைத் துணைவி. அவள் சில சமயங்களில் அவருடைய தவறான செயலைக் குத்திக்காட்டுவதற்கு உபயோகப்படுத்தும் சொல்லைப் பொறுத்துக்கொள்ள முடியாதவர் – முன்பின்

தெரியாத ஒருவர் அதே வார்த்தையைச் சொல்லி இடித்துக் காட்டும்போது எப்படி பொறுத்துக்கொள்வார்?

உலகமே வாழ்க்கைக்கு உரிய ஒரு பயிற்சிக்கூடம் என்பதை மறந்துவிடக் கூடாது.

உலகத்தில் நாம் வாழ்க்கைக்கு வேண்டிய சில உண்மையகளைத் தெரிந்துகொள்கிறோம். அதில் அப்படிப்பட்ட உலகத்துடன் நாம் ஒன்றியும் இருக்க முடியாது. அதைவிட்டுப் பிரிந்து போகவும் முடியாது.

உலகத்துக்கு, அதாவது உலகில் வாழும் மானுடத்துக்கு நாம் எதையாவது செய்யும்போது இறைவனை நம்பி அவன் துணையுடன் செய்ய வேண்டும்.

இதைத்தான் 'உலகு அம்பலவிதம்' என்று சொல்கிறார்கள்.

அவசரப்பட்டு உலகத்துக்குப் பயப்படுவதும், உலகம் பலவிதம் என்று எண்ணுவதும் யோக வாழ்க்கைக்குப் பொருந்தாதவை.

இன்பமும் துன்பமும் நாம் அணுகுகின்ற அணுகு முறையால்தான் ஏற்படுகின்றன. நன்மையும், தீமையும் நம்முடைய சிந்தனையின் அணுகு முறையால் தான் ஏற்படுகின்றன.

சிந்தனை செம்மையாக அமைந்தால் எல்லாமே இன்பமாக அமையும்.

உண்மையில் உலகில் உள்ள எல்லாப் பொருள்களும் நமக்கு இன்பம் தரக்கூடியவைதான்.

இந்த அடிப்படை உண்மையைப் புரிந்துகொள்ளாமல் நமது சிந்தனை தவறாக செயல்படுமானால் எல்லாமே துன்பமாக அமையக்கூடும்.

இதற்கு உலகம் பொறுப்பல்ல. நம்முடைய அறியாமைதான் துன்பத்துக்குக் காரணம்.

சரியான முறையில் உலகத்தைப் புரிந்து கொண்டிருப்பவர் உலகில் உள்ள எல்லாவற்றையும் இன்பமாக மாற்றும் மந்திரக் கோலைப் பெற்று இருப்பவர்.

இந்த உலகம்தான் சுவர்க்கம். இந்த உலகமேதான் நரகம். சுவர்க்கம் என்பதும் நரகம் என்பதும் வேறு வேறு உலகங்கள் அல்ல.

தன்நலத்துடன் எந்தக் காரியத்திலும் ஈடுபடக் கூடாது. விரிந்த மனத்துடன் எல்லாரும் இன்பமாக இருக்க வேண்டும் என்ற குறிக்கோளுடன் எந்த காரியத்தையும் தொடங்க வேண்டும். அப்படித் தொடங்கினால் இன்பமாகவே இருக்கும். அவை நம் மனத்துக்கு அமைதியையும் மகிழ்ச்சியையும் கொடுக்கும்.

இரக்கமற்ற வெறும் சிந்தனையில் ஈடுபடும்போது உலகம் முழுவதும் துன்பமயமாகவே காட்சி தருகிறது.

அன்புடன் எதையும் செய்யத் தொடங்கும்போது எல்லாம் இன்பமயமாக விளங்குகிறது.

துன்பத்தைப் பற்றி எண்ணும்போதுதான் துறவு கொள்ள வேண்டும் என்ற எண்ணமே தோன்றுகிறது.

எந்தப் பிரச்சினையிலும் ஒருவர் தம்மை சிக்க வைத்துக்கொள்ளக் கூடாது.

பிரச்சினைக்கு மேல் எழுந்து நிற்கும் போதுதான் அதைத் தீர்க்கவும் முடியும். இந்த ஆற்றல் நமக்குக் கடவுள் நம்பிக்கையில்தான் ஏற்பட முடியும்.

ஒரு சிக்கலைத் தீர்த்து வைத்தபோது அதில் அவர் காணும் காட்சியில் உயர்ந்து நிற்கிறார். இன்பத்துடன் விளங்குகிறார்.

இந்த உலகத்தை முன் பயன்படுத்தியதுபோல் பயன்படுத்தாமல் புதிய முறையில் பயன்படுத்தும் உன்னதமான வழியும் அவருக்குத் தெரிகிறது.

இதுவே துன்பத்தை இன்பமாக்கும் மந்திரக் கோலாகவும் விளங்குகிறது.

குளத்தில் இறங்கி நீந்தக் கற்றுக் கொள்ளும்போது குளம் துன்பம் தரும் இடமாக, பயத்தைக் கொடுக்கும் இடமாகத் தோன்றுகிறது.

நீந்தக் கற்றுக் கொண்டவுடன் அந்தக் குளத்தைப் பார்த்துப் பயப்படத் தோன்றாது. குளத்தில் இறங்கி தண்ணீரில் மூழ்கி நீந்தி விளையாடுவது மிகவும் இன்பமாக இருக்கிறது. மனத்துக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொடுக்கிறது.

நீந்தக் கற்றுக்கொள்வதற்கு முன்னால் குளத்தில் இறங்கி தண்ணீரில் மூழ்கிவிட்டால் என்ன ஆகும் ? வாழ்க்கை முடிந்துவிடும்.

நீந்தக் கற்றுக் கொண்டவுடன் குளத்தில் இறங்கித் தண்ணீரில் மூழ்கினால் அதுவே வாழ்க்கைக்கு எல்லையற்ற ஆனந்தத்தை கொடுக்கிறது. குளத்தைப் பார்த்து நடுங்குவதற்குப் பதிலாக அதன் மீது அளவற்றை பாசமே ஏற்படுகிறது.

உந்த உலகமும் இது போன்றதுதான்.

குடும்ப வாழ்க்கையை பெரும் கடலாகவும், அதில் அநாயசமாக நீந்தி விளையாடி மிதந்து பல இன்ப சாகசங்களை (சிந்துக்களை) செய்யும்படியும் அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதுதான் யோக வாழ்க்கையின் பயனும் ரகசியமும் ஆகும்.

குடும்ப வாழ்க்கையை யோக வாழ்க்கையாக மாற்றிக் கொள்ளவும் மனித வாழ்க்கையை மாமனித வாழ்க்கையாக உயர்த்திக்கொள்ளவும் வழிகாட்டுவது தான் யோக வாழ்க்கை.

யோக வாழ்க்கை என்பது காட்டுக்கும், மலைக்கும், குகைகளுக்கும் போய் மறைந்துகொள்வது அல்ல.

குடும்ப வாழ்க்கையை செம்மையாகவும், திறமையாகவும், வளமுடனும் செய்வதற்கு துணை புரிவதுதான் யோகம்.

இதையே –

யோகமும் போகமும் யோகியற்கு ஆகும்

என்று சொல்லுகிறார் திருமூலர்.



16. ஹேயம் துக்கம நாகதம் ||

இனிமேல் வர இருக்கும் துன்பத்தை வராமல் தடுக்க முடியும்.

இதற்கு முன்னால் அனுபவித்து இருக்கும் துன்பமும் இன்பமும் சஞ்சித கர்மத்தினால் ஏற்பட்டவை.

இவை சென்ற காலத்தில் நடைபெற்றவைதானே. இவை நிகழ்காலத்திலும் வருங்காலத்திலும் நமக்கு எந்த விளைவையும் உண்டாக்காதவை என்று எண்ணிவிடக்கூடாது.

சஞ்சித கர்மங்களின் பதிவுகள் தான் பிராப்தம் என்கிற நிகழ்கால கர்மங்களை ஏற்படுத்துகின்றன.

இவற்றால் நம் உடலிலும் உள்ளத்திலும் ஏற்படும் பதிவுகள் தான் இனிமேல் வரும் கர்மங்களைத் தோன்றச் செய்கின்றன.

வருங்காலத்தில் வர இருக்கும் துன்பங்களுக்கு அதாவது ஆகாமிய கர்மங்களுக்கு வித்துக்களாக இருக்கின்றன.

எதிர்காலத்தில் வர இருக்கும் துன்பங்களை யோகப் பயிற்சியின் மூலமாக நீக்கிவிடலாம் என்று பதஞ்சலி முனிவர் சொல்லுகிறார்.



17. த்ரஷ்ட்ரி த்ருச்யயோ: ஸம்யோகோ ஹேய ஹேது:

காண்பவரும் காணப்படும் பொருளும் ஒன்றாகி விடுவதால் துன்பம் ஏற்படுகிறது.

இந்தத் துன்பம் நீக்கிவிடக் கூடிய துன்பம்.

காண்பவரும் காணப்படும் பொருளும் ஒன்றாகி விடுவதால் ஏன் துன்பம் ஏற்படுகிறது என்பதைப் பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் விளக்குகிறார்.

காண்பவரும் காணப்படும் பொருளும் ஒன்றல்ல என்று புரிந்து கொண்டால் துன்பம் ஏற்படாது.

காணப்படும் பொருளை காண்பவர் அந்தப் பொருளே தாமாக இருப்பதாக எண்ணுகிறார். இதனால்தான் அவருக்குத் துன்பம் ஏற்படுகிறது.

இந்தத் துன்பம் உண்மையானதும் அல்ல; வெறும் கற்பனைதான்.

இந்த இடத்தில் காண்பவரும் காணப்படும் பொருளும் இரண்டு அல்ல; ஒன்றுதான் என்று எண்ணுவது கேவல அத்வைதம்.

காண்பவரும் காணப்படும் பொருளும் ஒன்றல்ல; இரண்டு. இவை தனித்தனி பொருள்களாக இருந்தாலும் ஒன்று போல மயக்குகின்றன.

இந்த உணர்வை அதாவது காண்பவரும் காணப்படும் பொருளும் இரண்டு என்று உணர்வது சுத்த அத்வைதம்.

யோக சாத்திரம் இரண்டு பொருள்களைப் பற்றியே பேசுகிறது.

ஒன்று காண்பவனாகிய புருஷர். மற்றொன்று இயற்கை.

இயற்கைக்குள் காண்பவரைத் தவிர மற்ற எல்லாம் அடங்கும்.

இங்கு, தான் என்ற உணர்வு உண்மையில் காண்பவாகிய புருஷரையே குறிக்கும். மற்றவை எல்லாம் இயற்கையின் பகுதிகளே ஆகும்.

இதனால்தான் மனிதனால் செய்யப்படுவது மட்டும் செயற்கை, மற்றவை எல்லாம் இயற்கை என்று சொல்லுவார்கள்.

காண்பது ஆன்மா என்கிற உயிர்தான்.

மற்றரை எல்லாம் பரிபூரணத்வம் தரும் இயற்கையாகும்.

உயிர் ஒரு பொருளைப் பார்ப்பதற்கு அதன் உடலும், மனமும், கண்ணும் உதவி செய்கின்றன. இவையெல்லாம் இயற்கையின் பகுதிகளே.

இவை வேறு; உயிர் வேறு என்ற அடிப்படை உண்மையைப் புரிந்துகொள்ளும்படிச் செய்வதுதான் யோகம்.

பார்த்த பொருளையும் உயிரையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து எண்ணுவது இயற்கையாயும், செயற்கையையும் ஒன்று என்று எண்ணும் குற்றமாகிறது. இதனால்தான் துன்பம் தோன்றுகிறது.

இது என் உடம்பு என்று உயிர் சொல்கிறது. இதில் இருந்தே உடல் வேறு; உயிர் வேறு என்பதைப் புரிந்துகொள்ள முடிகிறது.

நான் என்பதை அகப்பற்று என்றும், எனது என்பதைப் புறப்பற்று என்றும் இதனால்தான் சொல்லுகிறோம்.

யான்எனது என்னும்செறுக்கு அறுப்பான் வானோர்க்கு உயர்ந்த உலகம் புகும்

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

மனிதர் தேவர்களை விட உயர்ந்த நிலையை அடைவதற்கு ஒரே வழி நிலையற்ற அகப்பற்றையும் புறப்பற்றையும் விட்டு விடுவதுதான்.

இதற்கு உரிய பயிற்சிதான் ஞானயோகப் பயிற்சி.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

நம்முடைய பொருள் என்று சொல்லுகின்ற எதையும் நாம் என்று சொல்லக்கூடாது. அதனால் நம்மையும் நம் பொருளையும் ஒன்றாக்குவது ஞானமாகிறது.

நம்மைப் பற்றி இரண்டு வகையில் நாம் பேசுகிறோம்.

ஒன்று உயிரையும் உடலையும் ஒன்றுபடுத்தியே பேசுவது, "நான் எவ்வளவு மெலிந்து இருக்கிறேன் பாருங்கள்" என்று ஒருவர் சொல்கிறார்.

இப்படிச் சொல்லும்போது நான் என்பது அவருடைய உடம்புதான் என்று எண்ணிக்கொண்டு சொல்கிறார்.

காரணம் மெலிந்து தோன்றுவது உடல்தான். உயிர் அல்ல.

உடலுக்கு உரிய பண்பை உயிருடன் இணைத்துச் சொல்லும்போது ஒன்றை மற்றொன்றாக எண்ணுகிற பிரிவு ஏற்படுகிறது.

இவ்வாறு பிரிவு ஏற்பட்டு அதனால் துன்பம் தோன்றாமல் முழு உண்மையைப் பேசுவதுதான் நம்மைப் பற்றி நாம் பேசுகிற உண்மையான பேச்சாகும்.

மனதில் சந்தேகமும், ஒன்றை மற்றொன்றாக எண்ணுகின்ற பிரிவும் ஏற்படும்போது உடலில் நோய் தோன்றுகிறது. அதனால் துன்பப்பட நேர்கிறது.

சந்தேகமும் பிரிவும் தோன்றாதபோது துன்பம் ஏற்படாமல் இன்பமே ஏற்படுகிறது.

இதையே –

ஐயமும் திரிபும் அறுத்து எனது உடம்பினுள்
ஐயமும் நீக்கிய அருட்பெரும் ஜோதி!

என்கிறார் திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார்.

இதில் ஐயம் என்ற சொல் சந்தேகம் என்ற பொருளில் முதல் அடியிலும், கோழை என்ற பொருளில் இரண்டாவது அடியிலும் வந்திருக்கிறது.

சந்தேகமும் பிரிவும் ஏற்பட்டால் உடம்பிலும் துன்பம் ஏற்படுகிறது. அதனால் உடலின் ஆரோக்யம் மனதில்தான் இருக்கிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

'மனம்போல வாழ்வு' என்ற பழமொழிக்கு யோக சாத்திரம் தரும் பொருள் இதுதான்.

உள்ளதை உள்ளபடி உணரும்போது எந்த விதமான துன்பமும் ஏற்படுவதில்லை.

வேறுவிதமாகக் கற்பனை செய்து உணரும்போது எல்லா வகையான துன்பங்களும் தோன்றுகின்றன.

மாற்றங்கள் நாம் பார்க்கும் பொருள்களில்தான் ஏற்படுகின்றன. நம் உயிரில் ஏற்படுவதில்லை.

எனவே ஒவ்வொரு உயிரும் அதற்கு உரிய உண்மையான நிலையில் நிற்க வேண்டும்.

இதைப் புரிந்துகொள்வதற்கு உதவி செய்யும் கல்விதான் உண்மையான கல்வி.

ஒவ்வொரு உயிரும் உலகத்தில் உள்ள எல்லாவற்றையும் அறிந்து கொள்ளக்கூடியது.

படிப்படியாக ஒவ்வொன்றைப் பற்றியும் அறிந்து கொண்டு செயல்படும் போது இன்பமே தோன்றுகிறது. துன்பம் தோன்றுவதில்லை.

அறிவு தெளிவுடன் இருக்கும்போது எந்த வகையான துன்பமும் ஏற்படாது. அறிவைத் தெளிவாக்குவதுதான் யோகத்தின் குறிக்கோளாகும்.

இதையே –

இன்பம் பெருக்கி, இருள் அகற்றி, எஞ்ஞான்றும்
துன்பம் தொடர்பு அறுத்து
ஜோதியாய் அன்பு அமைத்து

என்கிறார் மாணிக்கவாசகர்.

நமக்குத் தலைவலி வருகிறது. தலையை வலிக்கிறது என்று சொல்லாமல், "எனக்குத் துன்பமாக இருக்கிறது" என்று சொல்லுகிறோம்.

இங்கே உயிரையும் தலையையும் ஒன்றாக இணைத்துப் பார்க்கிறோம். இப்படி வெவ்வேறான இரண்டு பொருள்களை ஒன்றாகப் பார்க்கின்ற குற்றத்தை முதலில் போக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

நமக்கு ஏராளமான பொருள் நஷ்டம் வந்து விடுகிறது. அதனால் மிகவும் துன்பப்படுகிறோம்.

இங்கே நஷ்டப்பட்டது யார்? பெரும் பொருளை இழந்தவர் யார்?

இந்தக் கேள்விகளை மீண்டும் மீண்டும் தொடர்ந்து கேட்டுப் பாருங்கள். அப்போது உங்களுக்கு ஒரு உண்மை தெளிவாக விளங்குவதை உணரலாம்.

உயிர் தன்னுடைய பொருளை இழந்து இருக்கிறதே தவிர, அது தன்னை இழந்துவிடவில்லை.

இந்த அடிப்படை உண்மை, கோபம், பொறாமை முதலிய எல்லா குறைபாடுகளுக்கும் பொருந்தும்.

இங்கே வாக்கியப் பொருளைப் பார்க்காமல், நோக்கப் பொருளைப் பார்க்க வேண்டும். அப்போது தன்னை இழக்காத வரையில் எந்தவிதமான இழப்பும் யாருக்கும் ஏற்படாது என்பதை உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

இதைத்தான்–

தன்னைத்தான் காக்கின் சினம்காக்க; காவாக்கால்
தன்னையே கொல்லும் சினம்

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

தன்னை ஒருவர் மகிழ்ச்சியுடன் வைத்துக்கொள்ள வேண்டுமானால் கோபம் முதலிய தீய குணங்களில் இருந்து தம்மைக் காப்பாற்றிக்கொள்ள வேண்டும்.

அவ்வாறு காப்பாற்றிக் கொள்ளத் தவறினால் ஒருவர் தம்மைத் தாமே தற்கொலை செய்துக்கொள்ளும் அளவுக்குச் சென்றுவிட நேரும்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

ஒரு பொருளை இழந்தவர், இழந்தது பொருள்தானே ஒழிய தன்னை அவர் இழந்துவிடவில்லை என்ற உணர்வைப் பெற வேண்டும்.

இந்த உணர்வு பொருள் இழப்பினால் ஏற்பட்ட துன்பத்தில் இருந்து ஒருவரைக் காப்பாற்றிவிடும். அவர் மனதில் அமைதியை உருவாக்கிவிடும்.

ஒருவர் தம் உயிரையும், தம் பொருளையும் ஒன்றாக இணைத்துப் பார்க்கும் தவற்றை செய்யாமல் இருந்தால், அது வாழ்க்கைச் சேற்றில் இருந்து அவரை கரை ஏற்றிவிடும். அவர் வாழ்க்கை சலனமற்றதாக மாறிவிடும்.

முன் இருந்ததை விட இப்போது அவருடைய வாழ்க்கை புதிய நிலைக்கு உயர்ந்துவிடும்.

இதையே மாற்றிப் பிறத்தல், அல்லது மறுமலர்ச்சி என்று சொல்வார்கள்.

இத்தகைய முறை தொடர்ந்து ஒருவருக்கு வளருமானால் அவரால் மரணத்தைக் கூட வென்றுவிட முடியும்.

மாற்றிப் பிறக்கும் வகை அறிவு ஆளற்கு
கூற்றை உதைக்கும் குறி அது ஆமே!

என்று சொல்லுகிறார் ஞான சித்தரான திருமூலர்.

ஒருவர் உலகத்தின் போலி இன்பத்தில் இருந்து, உயர்ந்த ஆன்மிக இன்பத்தை அடைவதுதான் மாற்றிப் பிறத்தல்.

கடவுளைக் காட்ட முடியுமா? என்று கேட்ட நரேந்திரனுக்கு கடவுளைக் காட்டி அருளியவர் ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்.

இதனால் கடவுள் இல்லை என்ற நாத்திக நரேந்திரன், உலகையே ஆன்மிகத்தால் மாற்றிக் காட்டும் மகரிஷி விவேகானந்தராக மாறிவிட்டார்.

இதுதான் மாற்றிப் பிறத்தல், மறுமை இன்பம்.

தன்னை அறிவது போகம். தலைவனான இறைவனை அறிவது ஞானம். அதாவது பகுத்தறிவு பெறுவது.

இரண்டும் இணைந்து செயல்படுவதுதான் ஞானயோக வாழ்க்கை. அதாவது இயற்கை உண்மையைத் தொகுத்துப் பார்த்து உணர்ந்து அனுபவிக்கும் அறிவு.

செயற்கை அறிந்த கடைத்தும் உலகத்து
இயற்கை அறிந்து செயல்

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

தம்மையும் இறைவனையும் ஒருங்கே அறிந்து கொண்டு வாழும் வாழ்க்கைதான் இந்த உலகில் வாழத் தகுதி படைத்த வாழ்க்கையாகும்.





18. பிரகாச க்ரியா ஸ்திதி சீலம் பூதேந்திரியாத் மகம் போகா பவர் கார்த்தம் த்ருச்யம் ||

குணங்களைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமானால் நம் கண் முன்னால் தெரியும் பொருள்களை ஆழ்ந்து கவனிக்க வேண்டும்.

அந்தப் பொருள்களில் நாம் பிரகாசத்தைக் காணலாம். அவை செயல்படும் முறைகளையும் பார்க்கலாம்.

அந்தப் பொருள்களில் பஞ்ச பூதங்களின் தன்மைகளையும் பார்க்கலாம்.

இந்தப் பஞ்ச பூதங்களின் தன்மைகளை நாம் உணர்ந்து கொள்ளும்படிச் செய்பவை நம்மிடம் இருக்கும் ஐந்து புலன்கள்தான்.

இவைகளுக்கு ஞான இந்திரியங்கள் என்று பெயர்.

ஞான இந்திரியங்களின் துணையால் நாம் செயல்படுவதற்கு உதவி செய்யும் கருவிகளுக்கு கர்ம இந்திரியங்கள் என்று பெயர்.

ஞான இந்திரியங்களும், கர்ம இந்திரியங்களும் ஒன்றோடு ஒன்றாக இணைந்து செயல்படுவதால்தான் நாம் இயங்க முடிகிறது. வெளியில் இருக்கும் பொருள்களின் தன்மைகளை நம்மால் புரிந்து கொள்ளவும் முடிகிறது.

இவ்வாறு தான் உயிர் அனுபவம் பெறுகிறது. உயிர் அனுபவம் முதிர்ச்சி அடையும்போது அது பரிபூரண சுதந்திரத்துடன் செயல்படுகிறது.

இப்போது பதஞ்சலி முனிவர் நாம் பார்க்கும் பொருள்களின் தன்மைகளைப் பற்றி சொல்கிறார்.

ஆன்மா என்று சொல்லுவதும், புருஷன் என்று சொல்லுவதும், பார்ப்பவன் என்று சொல்வதும் ஒரே பொருளின் பல பெயர்கள்.

அறியப்படும் பொருள் மூன்று வெளியில் இருப்பதால் தான் நாம் அதைப் பார்க்கிறவர் ஆகிறோம்.

பதஞ்சலி முனிவர் இங்கு என்ன சொல்கிறார்?

ஒரு பொருளை நாம் பார்ப்பதன் மூலம் எப்படி அந்தப் பொருளின் தன்மையைப் பற்றிய அனுபவத்தைப் பெறுகிறோம் என்பதைப் பற்றி விவரிக்கிறார்.

அனுபவம் என்றால் என்ன?

நம்மிடம் இருக்கும் பஞ்ச பூதங்களும், ஞான இந்திரியங்களும், கர்ம இந்திரியங்களும் இணைந்து நின்று செயல்படும்போது உயிருக்கு அனுபவம் ஏற்படுகிறது.

இதற்கு மூன்று வகையான குணங்கள் உதவி செய்கின்றன. ஒளி குணம், இருள் குணம், செயல்குணம் என்ற மூன்று குணங்களும் உயிருக்கு அனுபவம் ஏற்படுவதற்குத் துணை செய்கின்றன.

சத்வ குணம், தமோ குணம், ரஜோ குணம் என்று சம்ஸ்கிருதம் இந்த மூன்று குணங்களின் பெயர்களைச் சொல்லும்.

இந்த மூன்று குணங்களையும் பதஞ்சலி முனிவர் பிரகாசம், கிரியை, ஸ்திதி என்று சொல்கிறார்.

பிரகாசம் என்பது ஒளியைக் குறிப்பதாகும். இது சத்வ குணத்துக்கு உரிய தன்மையாகும்.

கிரியை என்பது செயல்படும் தன்மையைக் குறிப்பதாகும். இது ரஜோ குணத்துக்கு உரிய தன்மையாகும்.

ஸ்திதி என்பது செயலற்ற தன்மையைக் குறிப்பதாகும். இது தமோ குணத்துக்கு உரிய தன்மையாகும். இதையே உலக வழக்கில் தாமஸ குணம் என்று சொல்வார்கள்.

நாம் வெளியில் பார்க்கும் பொருள்கள் ஏன் அங்கு இருக்கின்றன ?

இயற்கை என்று ஒன்று ஏன் இருக்க வேண்டும் ?

இயற்கை என்பது முதலில் உயிரை அனுபவம் பெறும்படிச் செய்கிறது.

உயிர் அனுபவம் விரிவடையும் போது உயிர் சுதந்திரத்துடன் செயல்பட ஆரம்பிக்கிறது.

இதனால்தான் கல்வி ஒரு உயிருக்கு அவசியம் ஆகிறது. கல்வியின் மூலமாக ஒரு உயிரின் அனுபவத்தை வல்லவரின் துணைகொண்டு அந்த அனுபவத்தைப் பெறுகிறது. பிறகு மேலும் விரிவாக்கிக் கொண்டு வளர்கிறது. சுதந்திரம் பெற்று செயல்படுகிறது.

உயிர் சுதந்திரமாகச் செயல்படுகிறது என்றால் என்ன ?

தொடக்கத்தில் இயற்கையில் உள்ள பொருள்களைப் பார்த்து அனுபவிக்கிறது. தொடர்ந்து ஒரே பொருளைப் பார்த்துப் பார்த்து அனுபவிப்பதால் அதன் மீது ஒரு வெறுப்பே ஏற்பட்டுவிடுகிறது.

அதனால் உயிர் புதிய காரியங்களைச் சுதந்திரமாகச் செய்து இன்பம் அடையத் தொடங்குகிறது.

இதுதான் உயிர் பெறுகிற சுதந்திரமாகும்.

பொது மக்களுக்குப் பொதுவாகவே அடிமையில் ஒரு மோகம் இருக்கிறது. அடிமையாக இருப்பதிலேயே அவர்கள் இன்பம் அடைகிறார்கள்.

இயற்கை, அவர்கள் அடிமையாக இருப்பதில் அடையும் இன்பம், இன்பமில்லை என்பதை சிறுகச் சிறுக அவர்களுக்கு உணர்த்துகிறது. சுதந்திரத்தின் அருமையை அவர்கள் உணரும்படிச் செய்கிறது.

சுதந்திரத்தின் அருமையை உணர்ந்த பிறகு, இதுவரையில் தாங்கள் அனுபவித்த அனுபவத்தின் மீது அவர்களுக்கு அவர்களையும் அறியாமல் வெறுப்பு ஏற்படுகிறது.

புதிய அனுபவத்தை நோக்கிச் செல்லத் தொடங்குகிறார்கள். புதிய அனுபவம்தான் சுதந்திரம் என்பதை இயற்கை அவர்களுக்கு உணர்த்திவிடுகிறது.

மாறுகின்ற புதிய அனுபவங்களைக் கடந்து, மாறாத நிலையான பேரின்ப அனுபவத்தை நித்தியமான சுதந்திர அனுபவத்தைப் பெறுகின்ற வரையில் இந்த யாத்திரைத் தொடர்கிறது.

இந்த உண்மையை 'பிரகிருதி' என்ற சொல்லே தெளிவாக உணர்த்துகிறது.

பிரகிருதி என்ற சொல்லின் முதல் பகுதி பிரகாசமாகும். இரண்டாவது பகுதி கிரியை என்ற செயல்படும் தன்மையாகும்.

பிரகாசம் அதாவது ஒளி வளர வளர அதற்கு ஏற்ப செயலும் வளர்ந்துகொண்டே இருக்கிறது.

இதன் உச்ச நிலைதான் பேரின்பப் பெருவாழ்வின் நிலையாகும்.

இதைத்தான் ஏறா நிலை என்றும் மாறா நிலை என்றும் சொல்வார்கள்.

இயற்கையை அனுபவித்து அனுபவித்து அதில் அலுப்புத் தட்டும்போது இயற்கையே நம்மைத் தட்டி எழுப்புகிறது. உதைத்து மேலே உயர்த்துகிறது.

இதனால் இயற்கையை நாம் நேசித்தே ஆக வேண்டும். இயற்கையை வெறுக்கக் கூடாது. இயற்கை தான் நமக்கு வழிகாட்டும் கடவுள்.

இதனால்தான் இறைவனை வள்ளலார் 'இயற்கை உண்மை' என்றே சொல்கிறார்.

இயற்கை உண்மை தரும் விளக்கத்தை இயற்கை விளக்கம் என்கிறார்.

இயற்கை விளக்கம் தரும் இன்பத்தை இயற்கை இன்பம் என்கிறார்.

இயற்கை என்பது பஞ்ச பூதங்களும், ஐந்து ஞான இந்திரியங்களும், ஐந்து கர்ம இந்திரியங்களும் ஒன்று சேர்ந்து, ஒரே விதத்தில் இணைந்து செயல்படுவதுதான்.

இந்திரியங்கள் உடம்பையும், அதன் உறுப்புகளையும், மனதையும் அறிவையும் செயல்படும்படி செய்கின்றன.

பிரபஞ்சத்தில் நடைபெறும் செயல்கள் எல்லாம் இயற்கை என்றும், மனிதன் செய்யும் செயல்கள் எல்லாம் செயற்கை என்றும் பொதுவாக சொல்லிக்கொண்டு இருக்கிறோம்.

தானியங்கள் எப்படி உற்பத்தியாகின்றன ?

பஞ்சபூதங்களின் உதவியால் உற்பத்தியாகின்றன.

தானியங்களைத்தான் மனிதன் சமைத்து உணவாக உண்கிறான். உணவை மனிதன் உண்ணாவிட்டால் மனித உடம்பு எப்படி உருவாக முடியும் ?

எனவே உலகமும், மனித உடலும் பஞ்சபூதங்களால் உருவாகின்றவை என்பதைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இப்படிப் புரிந்துகொள்ளக்கூடிய ஒருவர்தான் உலகம் முழுவதையும் தம்மிடம் இருப்பதைத் தெரிந்து கொள்ளும் ஞானயோகி ஆவார்.

அண்டத்தில் இருப்பதெல்லாம் பிண்டத்திலும் (உடலிலும்) இருக்கிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்கிறார்.

இதைத்தான்,

சுவை, ஒளி, ஊறு, ஓசை, நாற்றம் என்று ஐந்தின்
வகை தெரிவான் கட்டே உலகு

என்று சொல்கிறார் திருவள்ளுவர்.

சுவை, ஒளி, ஊறு, ஓசை, நாற்றம் என்ற ஐந்து, ஐந்து புலன்களின் செயல்களாகும்.

இவை ஐந்து பூதங்களின் துணைகொண்டே செயல்படுகின்றன.

இதைப் புரிந்துகொள்பவர்தான் ஞானயோகி ஆவார்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

ஒரு குழந்தை பிறக்கும்போது அதன் எடை ஏறக்குறைய அரை கிலோ இருக்கலாம்.

இந்த அரை கிலோ எடை அந்தக் குழந்தைக்கு எப்படிக் கிடைத்தது?

தாயின் வயிற்றில் குழந்தை வளரும்போது தாய் சாப்பிடும் உணவின் மூலமாகத்தான் அந்தக் குழந்தைக்கு அரைகிலோ எடையுள்ள தசை எலும்பு முதலியவை உருவாக முடிந்தது.

இந்த உணவை உருவாக்கிய பொருள்கள் எல்லாம் இயற்கையின் பகுதிகளே ஆகும்.

உணவு மிக நேர்த்தியாக ஜீரணமாகும்போது மனமும், புத்தியும், சித்தமும் உருவாகின்றன.

அதனால் இயற்கையின் பாகமாக அமைவது தூல உடம்பு மட்டும் அல்ல. சூட்சும உடம்பும், காரண உடம்புங்கூட என்பதையும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அவை எல்லாம் இயற்கைப் பொருளாக இருப்பதால் தான் மாற்றம் அடைகின்றன.

இயற்கையில் உள்ள எந்தப் பொருளும் மாற்றம் அடையக்கூடியவை.

ஒவ்வொரு கணமும் நம்முடைய உடல் மாற்றம் அடைந்துகொண்டே இருக்கிறது.

உடம்பில் இருக்கும் உயிர் அணுக்கள் அழிந்து கொண்டே இருக்கின்றன. அதே சமயத்தில் புதிய உயிர் அணுக்கள் தோன்றிக் கொண்டே இருக்கின்றன.

இதுபோலவே மனதிலும், அறிவிலும் தொடர்ச்சியாக மாற்றங்கள் ஏற்பட்டுக் கொண்டே இருக்கின்றன.

மனம் ஒருநிலையில் இல்லாமல் சஞ்சலப்பட்டுக் கொண்டு இருக்கும் தன்மையை உடையது.

அதை நிலையாக ஒருமுகப்படுத்திச் செயல்படும்படி செய்வதற்கு பிரகிருதி என்ற இயற்கையில் எந்த சாதனமும் இல்லை.

மனம் எதையும் நிலையாக உணர்ந்துகொள்ளும் படியும், எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும்படியும் அதைச் செய்வதற்கு இயற்கையில் எதுவும் இல்லை.

நமக்கு இருப்பது ஒரே வயிறுதான். இருந்தாலும் ஒரே வகையான உணவை உண்பதற்கு நம்முடைய மனம் விரும்புவதில்லை.

நம்முடைய உடலும் ஒரே தோற்றம் உடையதுதான். இருந்தாலும் ஒரே வகையான ஆடைகளை நாள்தோறும் அணிந்து கொள்வதற்கு மனம் இடம் கொடுப்பதில்லை.

இதற்கு என்ன காரணம்? அதன் ரகசியம்தான் என்ன?

மனத்தின் சஞ்சல புத்திதான். அது அடிக்கடி புதிய புதிய விஷயங்களில் ஈடுபடுவதிலேயே நாட்டம் கொள்கிறது.

மனம் எப்போதும் ஒரே மனமாக இருந்தால் அது ஏன் வெவ்வேறு பொருள்களை விரும்புகிறது. அடிக்கடி மாற்றங்களைத் தேடி ஏன் அலைகிறது.

மனத்தைப் பற்றிய உண்மையை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அப்படிப் புரிந்து கொண்டோமானால் மனம் மாறுவதற்கு ஏற்ப நாமும் மாறிக் கொண்டிருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

ஒரு பொருள் மாறுகிறபோது அந்த மாற்றத்தைத் தடுக்காமல் விட்டு விட்டால் அந்த இடத்தில் வேறு ஒரு பொருள் வருவதை நாம் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

வானத்தில் மேகக் கூட்டங்கள் மாறிக் கொண்டிருப்பது போல, பொருள்களும் மாறிக்கொண்டு இருப்பதைக் கூர்ந்து கவனித்தால் புரிந்து கொள்ளலாம்.

அவற்றைவிட்டு விலகி நின்று கவனித்தால் உண்மையை நாம் உணர்ந்து கொள்ளலாம். நாமோ அவற்றுடன் சேர்ந்து அவற்றைப் போலவே மாறிக் கொண்டு இருக்கிறோம்.

மேகம் திசை மாறுவதற்குக் காரணம் என்ன ? காற்று அடிக்கும் திசை பக்கம் அது செல்வதுதான்.

நம்முடைய மனமும், உயிரும் உடம்பும் காற்றடிக்கும் திசையில் மேகங்கள் அலைவதைப் போல அலைய விடக்கூடாது.

மனமும், உயிரும், உடலும் ஒன்றுபட்டு இயங்காமல் துண்டுப்பட்டு தனித்தனியாக இயங்கும்போதுதான் பிரச்சனைகளே ஏற்படுகின்றன.

மனம் வேறு, சொல்வேறு, தொழில் வேறாக இருப்பதால் தான் சிக்கல்கள் ஏற்படுகின்றன.

மனத்தையும், உயிரையும், உடலையும் ஒன்றுபடுத்தி இயங்கச் செய்வதுதான் யோகத்தின் நோக்கமாகும்.

அப்படி மனத்தையும், உயிரையும், உடலையும் ஒன்றுபடுத்தி இயங்கச் செய்யும்போது தான் நல்ல அறிவும், மகிழ்ச்சியும் ஏற்படும்.

இதற்கு வழிகாட்டக்கூடிய பெரியவர்களுடன் சேர்ந்து பழக வேண்டும். சத்சங்கத்துடன் இருக்க வேண்டும். அப்படி இருந்து வந்தோமானால் மனமும், உடலும், உயிரும் ஒன்றுபட்டு இயங்கும் ரகசியத்தை உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

இதனால்தான் ஒருவருடைய அறிவு அவருடைய மனத்தில் இருப்பது போலத் தோன்றினாலும் உண்மையில் அவருடைய இனத்திலேயே தான் அவருடைய அறிவு இருக்கிறது. அதாவது சான்றோர்களுடைய, ஞானிகளுடைய கூட்டுறவிலும், அவர்கள் கடைப்பிடித்து வரும் ஒழுக்கங்களை நாமும் கடைப்பிடிப்பதிலும்தான் இருக்கிறது.

"மனத்தூய்மை, செய்கின்ற வினைகளின் தூய்மை இரண்டும் இனம் தூய்மை தூவாவரும்" என்று சொல்கிறார் திருவள்ளுவர்.

இதைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டுமானால் ஆற்றில் ஏற்படும் வெள்ளப் பெருக்கைப் பற்றி தெரிந்து கொண்டாலே போதும்.

ஆற்றில் வெள்ளப்பெருக்கு ஏற்படும்போது ஆற்றின் இரு கரைகளையும் முட்டி மோதிக் கொண்டு தண்ணீர் போகும். கரைகளை உடைத்துக் கொண்டு ஆறு திசைமாறிக் கூடச் செல்லும்.

இயற்கையில் நடக்கும் இதுபோன்ற நிகழ்ச்சிகளை அத்துடன் சேர்ந்து கொண்டு அனுபவிக்காமல்,. தனியாக நின்று இந்த இயற்கையின் சீற்றங்களை எப்படிக் கட்டுப் படுத்துவது என்று சிந்திக்க வேண்டும்.

இந்தச் சிந்தனை நம்முடைய மனத்தை நெறிப்படுத்தும் ஆற்றலையும் நமக்குக் கொடுக்கும்.

ஆற்றில் பெருக்கெடுத்து ஓடும் தண்ணீரை அதன் இஷ்டத்துக்கு ஓடவிடாமல் நம் இஷ்டத்துக்கு அந்த ஆற்றின் தண்ணீரை ஓடும்படி செய்து, அதை நாம் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டுமானால் என்ன செய்ய வேண்டும்?

ஆற்றின் இரு கரைகளையும் பலப்படுத்த வேண்டும். ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் அணையைக் கட்டி ஆற்றின் நீரைத் தேக்க வேண்டும்.

அப்படிக் கட்டிய அணையில் தண்ணீர் தேங்கி நின்றாலும், அந்த அணையைக் கடந்து செல்வதற்கு அணைக்கட்டில் இருக்கும் தண்ணீர் முயன்று கொண்டேயிருக்கும்.

அணைக்கும் தண்ணீருக்கும், இடையில் ஒரு போராட்டமே நடைபெற்று கொண்டு இருக்கும்.

தண்ணீருக்கும் அணைக்கும் இடையில் நடைபெறும் போராட்டத்தை நிறுத்தி தண்ணீரை நம்முடைய கட்டுப்பாட்டுக்குள் இயங்கும்படிச் செய்து, அதைப் பயன்படுத்த வேண்டுமானால் என்ன செய்ய வேண்டும்?

அணையில் உள்ள தண்ணீர் வெளியே செல்வதற்கு உரிய முறையில் அணையில் கதவுகள் அமைக்க வேண்டும்.

நமக்கு எங்கே தண்ணீர் வேண்டுமோ அந்த திசையை நோக்கிச் செல்லும் கால்வாய்களையும் அமைக்க வேண்டும்.

அணையில் தண்ணீர் நிறைந்து அலை மோதிக்கொண்டு அணையை மீறிச் செல்வதற்கு முயலும்போது நாம் சும்மா இருந்தோமானால் தண்ணீர் அணையை உடைத்துக் கொண்டு வெளியேறி விடும். அப்படி வெளியேறும் போது சூழ்நிலையை அழித்துப் பாழாக்கி விடும்.

அதற்கு இடம் கொடுக்காமல் அணையின் கதவுகளைத் திறந்து அதன்வழியே வெளியேறச் செய்ய வேண்டும்.

அப்போது அணையும் பாதுகாப்பாக இருக்கும். தண்ணீரையும் நாம் விரும்பும் காரியங்களுக்குப் பயன்படுத்த முடியும்.

வாழ்க்கையின் எல்லாப் பகுதிகளிலும் இதைப் போன்ற நிலையற்ற காட்சிகளைத்தான் பார்த்து வருகிறோம்.

ஆனால் இயற்கை என்னவோ அதன் போக்கிலேயே போய் கொண்டு இருக்கிறது. செயற்கை முறையில் இயற்கையின் எல்லா ஆற்றல்களையும் நம் கட்டுக்குள் கொண்டு வர முடியாது.

இயற்கையை, செயற்கையான புற விஞ்ஞான பூர்வமாக தடுத்து நிறுத்தும்போது அது அந்தத் தடையை பல சமயங்களில் மீறிச் சென்று விடுகிறது. அதனால் அழிவையும் துன்பத்தையும் அனுபவிக்கத்தான் வேண்டியிருக்கிறது.

நம்முடைய உடம்பில்கூட போதுமான எச்சரிக்கையுடன் மாற்றம் செய்து கொள்ள வேண்டும். அதில் இருந்து தவறினால் துன்பத்தை மேற்கொள்ள வேண்டிய சூழ்நிலைக்கு நாம் ஆளாக நேரிடும்.

உடம்பின் வெப்ப நிலையைக் கவனிக்காமல் வாய்க்கு ருசியாக இருக்கிறது, என்று வரம்பு கடந்து உண்டால் நோய்க்கு ஆளாக வேண்டியதுதான்.

இதைத்தான்,

தீ அளவு அன்றி தெளியான் பெரிது உண்ணில்
நோய் அளவு இன்றிப்படும்

என்கிறது திருக்குறள்.

நாம் இளமையோடு தோற்றம் அளிப்பதற்கு செயற்கையான அழகு சாதன நிலையங்களுக்குச் செல்கிறோம்.

அங்கே பலவிதமான செயற்கை அழகுச் சாதனங்களைக் கொண்டு முகத்தில் இளமைத் தோற்றத்தை உருவாக்குகிறார்கள். பொய்யான தலை முடியை வைத்து ஒப்பனை செய்கிறார்கள். இன்னும் பல முறைகளில் இளமைத் தோற்றத்தை உண்டு பண்ணுகிறார்கள்.

இப்படிப்பட்ட ஒப்பனைப் பொருள்களை நம் வயதிற்கு ஏற்றபடி பயன்படுத்தினால் அந்த அந்த வயதிற்கு ஏற்ப அழகு தோன்றும்படிச் செய்யலாம்.

நல்ல பழுத்த பழம் அதற்குரிய அழகுடனும் சுவையுடனும் இருக்கும்.

இயற்கையோடு இணைந்து வாழ்ந்து வந்தோமானால், நாம் சுதந்திரமாகவும், மகிழ்ச்சியுடனும், அமைதியுடனும் வாழ முடியும்.

இயற்கையில் பல நிகழ்ச்சிகள் நடந்துகொண்டு இருக்கின்றன. அவற்றுடன் நாமும் இணைந்து நடப்பதுதான் இயற்கையான நடைமுறையாகும்.

இந்த நடைமுறை ஒவ்வொரு உயிருக்கும், ஒவ்வொரு மனிதருக்கும் வெவ்வேறு வகையான அமைகிறது.

அமைதியும் அவரவர் சூழ்நிலைக்கு ஏற்றபடிதான் அமைகிறது.

நாம் அமைதியை மட்டும் மனதில் நிலைபெறச் செய்து வந்தோமானால் இயற்கையான நிகழ்ச்சிகள் நம்மைத் துன்பத்தில் ஆழ்த்தாமல் இருக்கும்.

சுவாமி விவேகானந்தர் இதிகாசக் கதை ஒன்றின் மூலமாக உண்மையான சுதந்திரம் என்ன என்பதைப் பற்றி விளக்கி இருக்கிறார்.

தேவேந்திரன் ஒரு சமயம் தன்னுடை தேவர்களுக்கு அரசனாக இருக்கும் நிலையில் இருந்து இறங்கி வரும்படி அவன் மனம் அவனைத் தூண்டியது.

அவன் ஒரு பன்றியாக மாறினான். பன்றியைப் போல சேற்றிலேயே வாழ்ந்தான்.

தன்னைப்போல சேற்றில் புரண்டு கொண்டிருந்த பெண் பன்றியைப் பார்த்தான். அதனுடன் சரசமாடினான். அதன் விளைவாக பல பன்றிக் குட்டிகள் பிறந்தன.

தானும் தன் மனைவி பன்றியுடனும், பன்றிக் குட்டிகளுடனும் குடும்பம் நடத்தினான். அதில் எல்லையற்ற மகிழ்ச்சியும் அடைந்தான்.

தேவர்கள் தம்முடைய அரசனின் இந்த நிலையைப் பார்த்து வருந்தினார்கள். அவர்களால் தங்கள் அரசன் பன்றிகளுடன் குடும்பம் நடத்திக் கொண்டு இருப்பதைப் பார்த்துப் பொறுத்துக் கொண்டு இருக்க முடியவில்லை.

தேவர்கள் தம்முடைய அரசன் முன்னால் வந்து நின்றார்கள்.

"தாங்கள் எங்களுக்கு எல்லாம் அரசன். இந்திரப் பதவியில் இருக்கும் தேவேந்திரன். அப்படிப்பட்ட தாங்கள் இங்கே பன்றிகளுடன் வாழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறீர்கள். தங்களுடைய இந்த கேவலமான நிலைமையைப் பார்த்து வெட்கப்படுகிறோம்; வேதனைப்படுகிறோம்" என்று சொன்னார்கள்.

"நான் மிகுந்த மகிழ்ச்சியுடன்தானே இருக்கிறேன். என்னுடைய இந்த நிலை மிகக் கேவலமானது என்று உங்களுக்கு யார் சொன்னது? நீங்கள் சுத்த முட்டாள்களாக இருக்கிறீர்கள்.

நீங்களும் என்னைப்போல பன்றியாக மாறுங்கள். ஒரு நிமிஷம் கூட தாமதிக்காதீர்கள். உடனே பன்றிகளாக மாறுங்கள். அப்பொழுதுதான் இந்த வாழ்க்கை எவ்வளவு இன்பமயமானது என்பதை நீங்கள் உணர்வீர்கள்" என்றான் தேவேந்திரன்.

“நாங்கள் உங்களைப் பன்றியாக இருக்கவிடப் போவதில்லை. நீங்கள் உடனே பன்றியின் உடலை விட்டு விட்டு தேவேந்திரனாக மாறியே ஆக வேண்டும்”. என்று தேவர்கள் வேண்டிக் கொண்டனர்.

“என்னுடைய மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கையைக் கொடுக்காதீர்கள்” என்றான் தேவேந்திரன். “என்னுடைய குட்டிகள் என்னோடு விளையாடுவதற்கு என்னை எதிர்பார்த்துக் கொண்டு இருக்கின்றன. தயவுசெய்து இங்கிருந்து சென்று விடுங்கள்” என்றான் இந்திரன்.

இந்திரனின் பதிலைக் கேட்டு தேவர்கள் வெகுண்டு எழுந்தார்கள். அவர்கள் ஒரு முடிவுக்கு வந்தார்கள். தேவேந்திரன் தன் பன்றிக் குட்டிகளிடம் மிகுந்த பாசத்துடன் இருக்கிறான். அதனால் அந்தப் பன்றிக் குட்டிகளை இந்திரனிடம் இருந்து பிரிக்க வேண்டும் என்று தீர்மானித்தார்கள்.

அடுத்த கணம் இந்திரனின் குழந்தைகளான பன்றிக் குட்டிகளை ஒவ்வொன்றாகக் கொன்று குவித்தார்கள்.

இதைப்பார்த்து பன்றி உருவத்தில் இருந்த இந்திரன் கதறிக் கதறி அழுதான்.

“நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் ?” என்று தேவர்களைப் பார்த்துக் கண்டித்தான்.

துயரம் சற்று குறைந்ததும் தன்னுடைய காதல் மனைவியான பன்றியிடம் சென்று அதற்கு ஆறுதல் சொன்னான்.

“கவலைப்படாதே! துயரப்படாதே! நாம் மீண்டும் ஏராளமான குழந்தைகளைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்” என்று சொல்லி தன் காதல் மனைவியான பன்றிக்கு சந்தோஷமூட்டினான்.

தேவர்கள் இந்திரனை அவன் இஷ்டப்படி நடக்கவிட்டு விடவில்லை.

அவர்கள் பெண் பன்றியை இந்திரனிடமிருந்து தனியே இழுத்துக்கொண்டு சென்றார்கள். அதையும் கொன்றார்கள்.

இந்திரன் தன் காதல் பன்றியைக் கொன்றதைப் பார்த்து அழுதான். வருத்தத்தில் மவுனமாக சேற்றில் புரண்டான்.

பன்றி உருவத்தில் இருந்த இந்திரனை பன்றி உடலில் இருந்து அவனை மீட்டார்கள்.

பன்றியின் உடலில் இருந்த இந்திரனின் ஆன்மா வெளியே வந்தது. தரையில் செத்துக்கிடக்கும் பன்றியின் உடலைப் பார்த்தது.

"ஐயா! தாங்கள் செத்துக்கிடக்கும் பன்றியின் உடலில்தான் இருந்தீர்கள். அது மட்டுமல்ல. அந்தப் பன்றியின் உடலில் எப்போதும் இருக்கவும் விரும்புகிறீர்கள். இது மிகவும் கேவலம் இல்லையா? இந்திரப் பதவிக்கு இழுக்கு இல்லையா?" என்று தேவர்கள் இந்திரனின் ஆன்மாவைப் பார்த்துக் கேட்டார்கள்.

"நான் இனிமேல் இத்தகைய அருவருப்பான வாழ்க்கை வாழ விரும்பவில்லை" என்று இந்திரன் சொன்னான்.

"வாருங்கள், நாம் நம்முடைய தேவர் உலகத்துக்கேச் செல்லலாம்" என்று தேவர்களை இந்திரன் அழைத்தான்.

இப்படித்தான் இயற்கை செயல்படுகிறது.

எவ்வளவு கேவலமான நிலையில் இருந்தாலும், அதிலே இன்பத்தைக் கண்டவர்கள், அந்த கேவலமான நிலையை கேவலம் என்று உணர மாட்டார்கள். அதிலிருந்து விடுபடவும் விரும்பமாட்டார்கள்.

பிச்சை எடுப்பவர்கள் அதில் இருக்கும் இன்பத்தை இழப்பதற்கு விரும்புவதில்லை.

பணம் படைத்தவர்கள் அதனால் அனுபவிக்கும் இன்பத்தை விடவோ பகிர்ந்து கொள்ளவோ விரும்புவதில்லை.

உலகத்தை உணர்ந்த சான்றோர்கள் இவர்களிடம் உலகத்தின் உண்மையான இன்பம் என்ன என்பதைப் பற்றி விளக்கிச் சொன்னாலும் பிச்சைக்காரனும் கேட்பதில்லை; பணக்காரனும் கேட்பதில்லை.

புற வசதிகளை மட்டும் ஏராளமாய் பெற்று அந்த ஆடம்பர வாழ்க்கையில் ஈடுபட்டு இருப்பவர்களைப் பார்த்து ஞானயோகிகள் உண்மையான இன்பம் என்ன என்று விளக்கிச் சொன்னால் அவர்களுக்கு அதைப் புரிந்து கொள்ள முடிவதில்லை.

அது மட்டுமா? அவர்கள் என்ன சொல்லுகிறார்கள் என்பதையும் கேளுங்கள்.

"இந்த உலகை எப்படி அனுபவிப்பது என்றே உங்களுக்குத் தெரியவில்லை. அதற்கு வேண்டிய கல்வியையும் நீங்கள் கற்றுக்கொள்ளவில்லை. போதுமான பண வசதிகளும் உங்களுக்கு இல்லை.

"நீங்கள் வறுமை சூழ்ந்த நாட்டிலிருந்து வந்தவர்கள். நீங்கள் சொல்வதெல்லாம் மௌடீகமானது. அறிவு பூர்வமானது அல்ல.

உங்களைப்போல நாங்களும் பிச்சைக்காரர்களாக மாற வேண்டும் என்று சொல்கிறீர்கள். இந்த நாட்டை விட்டு வெளியேறுங்கள். நாங்கள் எதை மகிழ்ச்சி என்று நினைக்கிறோமோ அந்த ஆடம்பர வாழ்க்கையை முழுவதும் அனுபவிக்க விரும்புகிறோம்."

"இந்திரன் பன்றி வாழ்க்கையை மிக மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கை என்று நினைத்தானே அதுபோல ஆடம்பரமான விலங்கு வாழ்க்கையை மனித வாழ்க்கை என்று நம்புகிறீர்கள்.

"இப்போது நீங்கள் அனுபவிக்கும் பன்றி வாழ்க்கையின் கேவல நிலையை உணர்ந்து அதிலிருந்து வெளிவருவதற்கு வேண்டிய அறிவு போதுமான அளவு உங்களிடம் இல்லை. இந்தக் கேவல நிலையில் இருந்து உயர்ந்த நிலைக்கு நீங்கள் வர வேண்டுமானால், உங்களிடம் உள்ள வங்கியில் இருக்கும் பணத்தை எடுக்கும் 'செக்' புத்தகங்களை தூக்கி எறியுங்கள். வங்கிக் கணக்குகளுக்கும் முற்றுப்புள்ளி வையுங்கள். புரிந்து கொள்ள வேண்டிய உண்மையைப் புரிந்து கொள்ளலாம்" என்று அவர்களுக்கு இந்திய ஞானி சொன்ன கதையின் மூலமாக விளக்கிச் சொல்கிறார் அந்த ஞானி.

“நாம் காத்துக் கொண்டிருப்போம். ஒருநாள் நீங்கள் கற்றுக் கொள்ள வேண்டிய பாடத்தைக் கற்றுக்கொள்வீர்கள்” என்று அவர்கள் ஞானியைக் கேலி செய்தார்கள்.

“சிக்கல்கள் எல்லாம் ஒன்றாகச் சேர்ந்து தொல்லை கொடுக்கும்போது தான் உங்கள் சித்தவிருத்தியில் இருந்து உங்களை விடுதலை செய்யும் போதுதான் நீங்கள் முழு உண்மையைப் புரிந்து கொள்வீர்கள்.

“காரணம் இப்போது நீங்கள் மனம் போனபடி நடந்து கொண்டிருக்கும் விலங்கு வாழ்க்கைக்கு அப்போது இடம் இருக்காது. கீழ்த்தரமான விலங்கு வாழ்க்கையில் தொடர்ந்து உங்களால் இருக்க முடியாது.

அப்போதுதான் ஞானயோகிகள் சொன்ன உபதேசத்தின் உண்மையான பொருளை உங்களால் உணர்ந்து, உங்கள் வாழ்க்கையில் அதை மேற்கொள்ள முடியும்” என்றார் ஞானி.

நம்முடைய உலக வாழ்க்கை நாலு எல்லைகளுக்குள் அடங்கி நின்று செய்யப்படுகிறது.

அனுபவம், நிறைவு, உணர்வு, அறிவு என்ற நான்குதான் அந்த எல்லைகள்.

இவற்றைக் கடவுள் பிரகாசிக்கும் நான்கு இடங்கள் என்று ஞானயோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

அனுபவம் என்பது புறப்புறம்.

ஒருவர் அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கும்போது அவர் அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிற கேவலமான நிலை அவருக்குப் புரிவதில்லை.

அதுபற்றிய நினைவு, அதாவது சிந்தனையை புறம் என்று சொல்வார்கள் ஞானயோகிகள்.

அனுபவத்துக்கு வெளியில் இருந்து அதைப் பற்றி சிந்திக்கும் போதுதான் உணர்வு தெளிவு அடைகிறது.

உணர்வுக்குத்தான் அகப்புறம் என்று பெயர்.

இந்த உண்மை விளங்கிய உடனே புறத்தையும் அகப்புறத்தையும் அதாவது நினைவையும், உணர்வையும்

ஒன்றுபடுத்தி அனுபவத்தை பார்க்கும் போதுதான் அறிவு என்பது தோன்றுகிறது.

இதற்குத்தான் அகம் என்று பெயர்.

அறிவு அற்றம் காக்கும் கருவி செறுவார்க்கும்
உள் அழித்தல் ஆகா அரண்

என்கிறது திருக்குறள்.

அறிவுள்ளவர்களை யாரும் எந்த வகையிலும் மாற்ற முடியாது என்பது மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

வாழ்க்கை வசதிகள் எல்லாம் ஒருவருக்கு அவர் உள்ளே இருந்துதான் கிடைக்கின்றன. வெளியே இருந்து கிடைப்பதில்லை.

இதைப்பற்றிப் புரிந்து கொள்வதற்குப் பட்டுப் பூச்சியின் வாழ்க்கையைப் பற்றித் தெரிந்து கொண்டாலே போதும்.

நம்முடைய வாழ்க்கையில் நாமே ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் சிக்கல்களையும், அவற்றிலிருந்து நாம் விடுபடும் முறையையும் பட்டுப்பூச்சியின் வாழ்க்கை நமக்குத் தெளிவாக விளக்குகிறது.

பட்டு நூல் என்பது பட்டுப்பூச்சியின் உள்ளே இருந்து அதனுடைய வாய் வழியாக வருகிற பசையுடன் கூடிய அதன் எச்சில் இழைதான்.

பட்டுப்பூச்சி பிறந்து ஒருநாள் ஆனவுடன் அதைப் பார்த்தால் நம்முடைய தலை மயிரைப் போன்ற உருவத்துடன் ஒரு புழுவாகவே இருக்கும்.

நம்முடைய கட்டை விரலின் முன்பகுதியில் இருக்கும் இடத்துக்குள் ஒரு நாள் வயதுள்ள நூற்றுக்கு மேற்பட்ட பட்டுப் புழுக்களை வரிசையாக வைத்து விடலாம்.

அந்தப் பட்டுப்புழுவுக்கு இரண்டு நாள் வயதானால் நூறுப் பட்டுப் புழுக்களை வைப்பதற்கு நமது உள்ளங்கை போதாது. அவ்வளவு பெரிதாக வளர்ந்துவிடும்.

மூன்றுநாள் வயதுடைய அந்த நூறு பட்டுப் புழுக்களையும் வைப்பதற்கு ஒரு அடி அகலமும் இரண்டடி நீளமும் உள்ள பெரிய தட்டே வேண்டி இருக்கும்.

முப்பது நாட்களுக்குள் ஒவ்வொரு பட்டுப்புழுவும் மூன்று அங்குல நீளமும் நம்முடைய கட்டை விரல் போன்ற பருமனும் உடையதாக இருக்கும்.

குறுகிய காலத்துக்குள் இவ்வளவு வேகமாகப் பட்டுப்புழு வளர்வதற்கு என்ன காரணம்?

அதற்கு ஒரு வேலையும் கிடையாது. முசுக்கொட்டை இலையை இடைவிடாமல் தின்றுகொண்டே இருப்பதுதான் அதனுடைய வேலை.

முதல் நாள் நூறு பட்டுப்புழுக்களும் ஒரே ஒரு முசுக்கொட்டை இலையைத்தான் சாப்பிடுகின்றன.

இரண்டாம் நாள் அந்த நூறு பட்டுப்புழுக்களும் இரண்டடி உயரமும் ஒரு அடி அகலமும் உள்ள ஒரு கூடை முசுக்கொட்டை இலையைச் சாப்பிடுகின்றன.

மூன்றாம் நாள் அந்த நூறு பட்டுப்புழுக்களும் ஒரு பார வண்டி அளவு முசுக்கட்டை இலை அவைகள் சாப்பிடுவதற்கு வேண்டும்.

நாலாம் நாள் அந்த நூறு பட்டுப்புழுக்களும் சாப்பிடுவதற்கு ஒரு லாரி முசுக்கொட்டை இலை வேண்டும்.

இரவும் பகலும் பட்டுப்புழுக்கள் இவ்வாறு முசுக்கொட்டை இலைகளைத் தின்றுகொண்டே இருக்கின்றன.

எவ்வளவு அதிகமாக முசுக்கொட்டை இலைகளைக் கொடுத்தாலும் அவ்வளவையும் அந்தப் பட்டுப்புழுக்கள் தின்றுவிடும்.

இவ்வாறு முப்பது நாற்பது நாட்கள் லாரி லாரியாக முசுக்கொட்டை இலைகளைத் தின்று பட்டுப்புழுக்கள் களைத்து விடுகின்றன. முசுக்கொட்டை இலைகளைத் தின்பதை நிறுத்திவிடுகின்றன.

அதிகமாக சாப்பிட்டவர்கள் எப்படித் தங்களை மறந்து தூங்குகிறார்களோ அதுபோலவே அந்தப் பட்டுப்புழுக்கள் தூங்க ஆரம்பித்து விடுகின்றன.

ஒருவர் அளவுக்கு அதிகமாகச் சாப்பிட்டுத் தூங்கும் போது அசைவற்று தூங்க மாட்டார்கள். இப்படியும் அப்படியும் தூக்கத்தில் புரண்டுகொண்டே இருப்பார். அவர் அப்படி படுக்கையில் இப்படியும் அப்படியுமாக புரண்டு கொண்டே தூங்குவதால் அவர் சாப்பிட்ட ஆகாரம் ஜீரணமாகிவிடுகிறது.

இப்படித் தூங்கிக் கொண்டிருப்பவரைப் பார்த்தீர் களானால் அவர் கடைவாய் வழியாக கொழகொழப்பான எச்சில் வழிந்து கொண்டிருக்கும்.

அது கோரைப் பற்கள் போல காய்ந்து கரைபடிந்து இருப்பதைக் கூடப்பார்க்கலாம். இதுபோலவே பட்டுப் புழுக்களும் தூக்கத்தில் புரள்கிறபோது அதன் வாயிலிருந்து கோந்து போல பிசின் சத்துடன் கூடிய எச்சில் வழிந்து கொண்டிருக்கும்.

பட்டுப்புழு சாப்பிட்ட முசுக்கொட்டை இலை எல்லாம் இவ்வாறு பட்டு நூலாக உருவாகி பட்டுப்புழுவையே சுற்றிக் கொண்டுவிடும்.

அந்தப்பட்டு நூலே பட்டுப்புழுவுக்குக் கூண்டுபோல அமைந்தும் விடுகிறது. பட்டுப்பூச்சியின் வாழ்க்கையில் இந்த நிலையை கூட்டுப்புழு நிலை என்றுச் சொல்வார்கள்.

இந்த நிலையில் பட்டுப்புழுக்கள் தன்னால் உண்டாக்கப்பட்ட பட்டுக்கூண்டுக்குள் ஆனந்தமாகக் தூங்கிக் கொண்டு இருக்கும் இதற்கு வெளி உலகமே தெரியாது.

அந்தப் புழுக்கள் தூக்கம் கலைந்து விழித்துப் பார்க்கும்போது தாங்கள் ஒவ்வொருவரும் ஒரு கூண்டுக்குள் சிறைப்பட்டுக் கிடப்பதை உணரும். இந்தச் சிறையும் அவைகளுடைய எச்சிலில் இருந்து உருவான சிறைதான்.

"இது என்ன ? நான் எங்கே இருக்கிறேன் ?" என்று அந்தப் பட்டுப்பூச்சி தன்னைத்தானே கேட்டுக்கொள்ளும்.

“இந்தச் சிறைக்குள் நான் எப்படி மாட்டிக் கொண்டேன்? எப்படி இதிலிருந்து வெளியேறுவது?” என்று நினைத்துப் பார்க்கும்.

இப்போது தன்னுடைய பழைய நிகழ்ச்சிகள் எல்லாம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அந்தப் புழுவின் நினைவுக்கு வரும்.

“நான் தொடர்ந்து தின்றுகொண்டே இருந்தேன். பிறகு தொடர்ந்து தூங்கிக் கொண்டே இருந்தேன். தூக்கத்தில் புரண்டு புரண்டு படுத்தேன்.

அதனால் என் வாயில் இருந்து எச்சில் வெளியேறிக் கொண்டே இருந்தது. அதுவே நூலாகி என்னை இப்படிச் சிறைப்படுத்தி இருக்கிறது.

இதிலிருந்து விடுபட நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?” என்று தன்னையே கேட்டுக் கொள்ளும்.

இது ஒரு ஆபத்தான சூழ்நிலைதான். எப்படி இருந்தாலும் நாம் உண்டாக்கி இருக்கும் பொருளை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

இல்லையென்றால் நாம் முழு சுயநலக்காரர்களாகவே மற்றவர்களால் எண்ணப்படுவோம்.

ஞானிகள் தன்நலம் அற்ற செயல் உயர்ந்தது என்றும், அதனால் தன்நலத்தைத் தியாகம் செய்ய வேண்டும் என்றும், இத்தகைய தியாகத்தால்தான் உலகம் நிலைபெறுகிறது என்று சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

அதை நாம் கேட்டிருக்கிறோம். ஆனால் இதுவரையில் அதைச் செயல்படுத்தியதில்லை.

ஞானபுருஷர்கள் அப்படிச் சொன்னதை நிறுத்தியவுடன் நாம் மீண்டும் சாப்பிடத் தொடங்கிவிட்டோம்.

ஞான புருஷர்களின் வாக்கெல்லாம் ஒரு காதில் புகுந்து அடுத்த காதின் வழியாக வெளியே போக விட்டுக்கொண்டு இருந்தோம்.

அப்படிச் செய்த தவறுக்காக நாம் இப்போது துன்பப்பட்டுக் கொண்டு இருக்கிறோம்.

நாம் செய்த சுயநல பாவத்தை எண்ணி மிகவும் வருந்துகிறோம்.

“எங்களை இந்தத் துன்பத்தில் இருந்து விடுவிக்க வேண்டும்” என்று பட்டுப்புழுக்கள் எல்லாம் இறைவனிடம் பிரார்த்தனை செய்தன. “நாங்கள் செய்த தவறுகளுக் கெல்லாம் வருந்துகிறோம். எங்களை மன்னிக்க வேண்டுகிறோம்” என்றும் வேண்டிக் கொண்டன.

‘‘அதற்காக விரதம் எடுக்கிறோம்’’ என்று சொல்லிவிட்டு அவை ஆழ்ந்த தியானத்தில் இருக்கத் தொடங்கின. அப்போது இப்படி எங்கள் சுயநலத்துக்காக வாழ்வதில்லை. எதையும் பெற்று அனுபவிப்பதற்கு முன் நன்றாக சிந்தித்துப் பார்த்தே பெற்றுக் கொள்வோம்.

“ஏதேனும் ஒரு வழியில் பிற உயிர்களுக்கு எங்களால் ஆன நன்மைகளைச் செய்வோம்” என்று அந்தப் புழுக்கள் தீர்மானித்தன.

அடுத்த கணம் அந்தப் புழுக்களுக்கு இரண்டு இறக்கைகள் முளைத்து விட்டன.

அந்த இறக்கைகளில் ஒரு இறக்கையின் பெயர் விவேகம். மற்றொரு இறக்கையின் பெயர் வைராக்கியம்.

இந்த இரண்டு குணங்களினால் அவைகளுக்கு அறிவு தோன்றியது. இதைத்தான் மெய் உணர்வு என்று சொல்வார்கள். இதனால் அந்தப் புழுக்களுக்கு கூர்மையான மூக்கும் தோன்ற ஆரம்பித்தன.

அந்தக் கூர்மையான மூக்கைக் கொண்டு தங்களைச் சிறைப்படுத்தி இருக்கும் கூண்டில் ஒரு வழியை உண்டாக்கின.

அதன் வழியாக வெளியேறி விட்டன. இப்போது அவை பட்டுப்பூச்சிகளாக மாறிவிட்டன.

தம்முடைய பல நிறங்களைக் கொண்ட இறக்கைகளால் வான வெளியில் ஆனந்தமாகப் பறந்தன.

அங்கு இருந்து தாங்கள் சிறைப்பட்டிருந்த கூட்டைத் திரும்பிப் பார்த்தன.

"நாம் அந்தச் சிறையில் இருந்து இப்போது விடுதலை அடைந்து விட்டோம். மீண்டும் இம்மாதிரி சிறைப்படவே மாட்டோம்" என்று எண்ணி அவை மகிழ்ந்தன.

இந்தக் கதையில் இருந்து ஒரு அருமையான பாடத்தைக் கற்றுக்கொள்கிறோம்.

நாம் இப்போது எங்கே இருக்கிறோம் என்று நம்மை நாமே கேட்டுக்கொள்ள வேண்டும். நாம் இன்னும் தின்று கொண்டே இருக்கிறோமா? அல்லது நாமே உருவாக்கிக் கொண்ட சிறையில் அடைப்பட்டுக் கிடக்கிறோமா?

அல்லது நாம் இப்போது தியானத்தில் இருக்கிறோமா? அல்லது விடுதலை அடையக்கூடிய இறக்கைகளை வளர்த்துக்கொண்டு இருக்கிறோமா? என்று கேட்க வேண்டும்.

இன்னும் தின்றுகொண்டே இருந்தோமானால் அதை உடனே விட்டுத் தொலைக்க வேண்டும். இதுவரையில் தின்று இருப்பதையும் அகற்றிவிட வேண்டும்.

நாம் உண்பதிலும் உறங்குவதிலும் எவ்வளவு இன்பம் அடைகிறோமா, அவ்வளவு துன்பத்தை நாம் சுதந்திரமில்லாமல் அடிமைப்படுவதால் அடைய வேண்டும்.

நாம் உண்பதினால் ஏற்படும் இன்பத்தில் ஈடுபட்டுக் கொண்டு இருக்கும்போது ஞான புருஷர்கள் சொல்லும் அறிவுரைகள் நம் காதில் விழுவதில்லை. அப்படியே விழுந்தாலும் அவற்றைக் கடைப்பிடிக்க முடிவதில்லை.

ஞானிகள் வாழ்க்கை மேற்கொள்வதற்கு அசாதாரணமான அறிவு தேவை.

அந்த அறிவு வைராக்கியத்தாலும் விவேகத்தாலும் தான் உருவாக முடியும் என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

நாம் இயற்கைக் கற்பிக்கும் பாடங்களை கவனித்துக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அதை வாழ்க்கையில் மேற்கொள்ளவும் வேண்டும். தவறினால் இயற்கையே நம்மைக் கடுமையாகத் தண்டிக்கும்.

சாப்பிடுவதிலேயே நாம் இன்பம் அடைந்து கொண்டு இருப்பதால் இயற்கைக் கற்பிக்கும் பாடங்களை நாம் கேட்கத் தவறிவிடுகிறோம்.

செயற்கையான நிலையற்ற இன்பத்தில் ஈடுபடுவதால், இயற்கையான நிலைத்த இன்பத்தை நாம் அடைந்து அனுபவிக்க முடிவதில்லை.

இயற்கையின் பாடத்தை நாம் கற்றுக்கொண்டு அதன்படி நடக்கத் தவறும்போது இயற்கை நம்மை அடிமையாக்கி விடுகிறது.

நாம் அதை நினைத்து வருந்தி இயற்கைக் கற்பிக்கும் பாடத்தை மேற்கொள்ளும்போது, இயற்கை நம்மை விடுதலை செய்கிறது.

விடுதலைபெற்ற பிறகு நாம் துன்பப்படுவதில்லை. இயற்கை நம்மை வாழ்க்கையில் மேலும் மேலும் உயர்வதற்கு வழிகாட்டுகிறது.

இது எப்படிப்பட்ட நிலை என்றால், கைகளில் மிக அழுத்தமான ரப்பர் கை உறைகளைப் போட்டுக் கொண்டு, உயர் அழுத்தமுள்ள மிகுந்த சக்திவாய்ந்த மின்சாரத்தைத் தொடுவது போன்ற காரியம்தான். இவ்வாறு உயர் அழுத்தமுள்ள மின்சாரத்தைத் தொட்டாலும் அதனால் நமக்கு எந்தவிதமான அபாயமும் ஏற்படுவதில்லை.

பட்டுப்பூச்சியின் விவேகம், வைராக்கியம் என்ற இரண்டு இறக்கைகளின் மூலமாகப் பெற்ற அசாதாரணமான ஞானத்தை அடைகிறோம்.

இந்த நடைமுறை ஞானத்தைப் பெற்ற பிறகு நம்மை எந்த தீங்கும் அணுக முடியாது.

இயற்கையிடமிருந்து நாம் கற்றுக்கொள்ள வேண்டிய அறிவைக் கற்றுக்கொண்டுவிட்டால், இயற்கை நம்மை அடிமைப்படுத்துவதும் இல்லை. அடிமைப்படுத்தி பிறகு விடுதலை செய்வதிலும் ஈடுபடுவதில்லை.

இயற்கையின் பாடத்தைக் கற்காதவர்களைப் பார்த்து அவர்களை அடிமைப்படுத்தச் சென்று விடுகிறது.

அவர்களுக்குப் பாடம் கற்பிக்கத் தொடங்கி விடுகிறது.

இயற்கை என்னும் பல்கலைக்கழகத்தில் மற்றவர்கள் எப்படி அறிவைப் பெறுகிறார்கள் என்பதைப் பார்ப்பதற்கு வேண்டுமானால் நாம் இப்போது போகலாம். அதனால்தான் நாம் எந்த வகையிலும் பாதிக்கப்பட மாட்டோம்.

விடுதலைப் பெற்ற மனிதன் இந்த உலகில் இருக்கும் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்யலாம்.

இதனால் அவர் எந்த பகையிலும் துன்பப்பட மாட்டார்.

அத்துடன் அவர் முன் இருந்ததைவிட அதிகமான இன்பத்தைப் பெறுவார்.

செயற்கை அறிந்தக் கடைத்தும் உலகத்து
இயற்கை அறிந்து செயல்

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

இயற்கை என்பது உலக உயிர்கள் இன்பமாக வாழ்வதற்கு வழிகாட்டும் இயற்கை தரும் பாடத்தையே குறிக்கிறது.

அதைக் கவனிக்காமல் நாம் செய்வதையே ஆனந்தத்துடன் தொடர்ந்து செய்து கொண்டு இருந்தோமானால் இயற்கை உண்மையாகிய இறைவன் நம்மைத் தண்டிப்பார் என்பது மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

ஐம்புலன்கள் நம்மை விடுதலை செய்வதற்கு உரிய செய்திகளைக் கொடுக்கின்றன.

அடிமைப்படுத்துவதற்கு உரிய செய்திகளை அவை கொடுக்கத் தொடங்கினால் நாம் அதைப் புரிந்து கொண்டு, ஐம்புலன்களையும் ஒரு நெறிப்படுத்தி உயர்த்த வேண்டும்.

அப்படி உயர்த்துவதற்கு இயற்கை அறிவு என்கிற மதி நுட்பந்தான் பயன்படும்.

இதைத்தான் நுண் அறிவு என்கிறோம்.

இந்த நுண் அறிவைப் பெருக்குவது ஒன்றே ஞானயோகத்தின் குறிக்கோளாகும்.

அதனால் நிறைவேற்ற முடியாத எதுவும் இந்த உலகத்தில் இல்லை.

இதை,

மதி நுட்பம் நூலோடு உடையார்க்கு அதி நுட்பம்
யாவுள முன் நிற்பவை

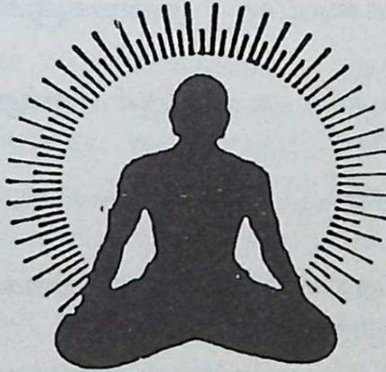
என்கிறது திருக்குறள்.

இயற்கை அறிவும் செயற்கை அறிவும் பொருந்தும் போதுதான் எல்லா வகையான அற்புதங்களையும் ஞான புருஷர்களால் செய்ய முடிகிறது.

நுண் அறிவு இன்மை வறுமை அஃதுஉடமை
பண்ண பணைத்த பெரும் செல்வம்

என்று சொல்கிறார் குமரகுருபர்.

நுட்பமான அறிவுதான் உண்மையான செல்வம் என்பதை நமக்கு வலியுறுத்திச் சொல்கிறார் குமரகுருபரர்.





19. விசேஷா விசேஷ லிங்கமாத்ரா லிங்கானி குணபர்வாணி: ||

இருள் குணம், செயல் குணம், சொல் குணம் என்று குணங்கள் மூன்று வகைப்படும்.

இவற்றையே தாமச குணம், ராஜச குணம், சத்துவ குணம் என்று சொல்லுவார்கள்.

இந்த மூன்று குணங்களும் வரையறுக்கப்பட்டவை களாகவும், வரையறுக்கப்படாதவைகளாகவும் இருக்கின்றன.

வரையறுக்கப்பட்ட குணங்களுக்கு வடிவங்கள் உண்டு.

வரையறுக்கப்படாத குணங்களுக்கு வடிவங்கள் இல்லை.

இவைகளையே உருவங்கள் என்றும் அருவங்கள் என்றும் சொல்வார்கள்.

இதைத்தான் "அறிவுவடிவு" என்று சொல்லுகிறார் திருமூலர்.

இங்கே பதஞ்சலி முனிவர் இயற்கையை அதிகமாகப் பகுத்து உணர்வதற்கு முயலுகிறார்.

இயற்கையை நான்கு பகுதிகளாகப் பகுத்துச் சொல்கிறார்.

முதல் வகை தோற்றம் இல்லாதது. இது வரையறுக்கப் படாத பகுதி. இயக்கம் இல்லாத பகுதி.

சிறிதே தோற்றமுடைய இயற்கையின் பகுதி இரண்டாவது வகை.

மூன்றாவது பகுதி இதைவிட விரிவான தோற்றம் உடையது. இதில்தான் நுட்பமான புலனும் மனமும் தோன்றுகின்றன.

இயற்கையின் நாலாவது பகுதி கண்ணால் காணக்கூடிய பருப்பொருள் முதலியவைகளைத் தோற்று விக்கின்றது.

இவற்றுள் ஐந்து புலன்களிலும் அறிவதற்கு உரிய பொருள்கள் அடங்கி இருக்கின்றன.

எந்தப் பொருளையும் புரிந்து கொண்டால்தான் நாம் பார்க்க முடியும்.

பொருள்களை உணர்ந்து அனுபவிக்கிற முறைகளில் இரண்டு வகைகள் இருக்கின்றன.

முதல் வகை தூலப்பொருள்களை உணர்ந்து அனுபவிப்பது.

இரண்டாவது வகை சூட்சமப் பொருள்களை உணர்ந்து அனுபவிப்பது.

ஒரு மலரைப் பார்க்கிறோம். நுட்பமான அதனுடைய மணத்தையும் நுகர்ந்து அனுபவிக்கிறோம்.

மலரைப் பார்ப்பதைவிட அதன் மணத்தை அனுபவிப்பது நுட்பமாக இருந்தாலும், முயன்று பார்த்தால் நுகரும் பொருளைக்கூட கண்ணாலும் பார்க்க முடியும்.

சொல் அளவில் நாம் பார்க்கின்றன பொருளுக்கு உருவப் பொருள்கள் என்றும், மற்ற நான்கு புலன்களாலும் அனுபவிக்கிற மணம், சுவை முதலியவற்றை அருவப்பொருள்கள் என்றும் சொல்கிறோம்.

ஒரு புலனால் அனுபவிப்பதை இன்னொரு புலனால் அனுபவிக்க முடியாது என்றும் சொல்கிறோம்.

இது சாதாரண மக்கள் நிலையில் சொல்லக்கூடிய பொது அறிவுதான். சிறப்பு அறிவு என்று சொல்ல முடியாது.

மணம், சுவை முதலியவற்றைத் தரும் நுண் அணுக்களைக்கூட புலன்களை ஒருமுகப்படுத்துதல், எண்ணத்தை ஒரே திசையில் செலுத்துதல், உற்று நோக்குதல், முழு உண்மையைக் கண்டு மகிழ்தல் என்ற நான்கையும் பிரத்யாகரம், தாரணை, தியானம், சமாதி என்று யோக புருஷர்கள் சொல்வார்கள்.

இந்த முறையால் காதால் கேட்பதைக் கண்ணாலும் பார்க்க முடியும். மணத்தையும், சுவையையும்கூட கண்ணால் காண முடியும்.

இத்தகைய பலவகையான காட்சிகளையும் காண்பதைத்தான், ஒளிவட்டக் காட்சி என்று சொல்வார்கள்.

குருடர்களுக்கு எழுதப்படிக்கக் கற்றுக் கொடுக்கும் பள்ளிக் கூடங்களில் தொட்டுக் காட்டுவதன் மூலமாகவே எல்லாவற்றையும் தெரிந்து கொள்ளும்படிச் செய்கிறார்கள்.

இதைத்தான் ‘‘தனே புலன் ஐந்தும் தன்னில் மடைமாறும்’’ என்று சொல்லுகிறார் ஞானசித்தரான திருமூலர்.

ஒவ்வொருவருக்கும் அவரவர் தனித்தன்மையைக் காட்டும் ஒளிவட்டங்கள் உண்டு. ஆனால் அந்த ஒளிவட்டத்தை எல்லாராலும் பார்க்க முடிவதில்லை.

அதைப் பார்ப்பதற்கு என்று பயிற்சி பெற்றவர்களால் தான் தங்கள் ஒளிவட்டங்களையும் மற்றவர்கள் ஒளிவட்டங் களையும் பார்க்க முடியும்.

இந்தப் பயிற்சிக்குத்தான் கண்பழக்கம் என்றும், அட்சியோகம் என்றும் பெயர் சொல்லுகின்றனர்.

‘‘கண்வழக்கு ஒன்றும் இன்றி கலக்க முற்று அலக்கழிந்தேன்’’ என்று திருநாவுக்கரசர் சொல்லுகிறார்.

ஒவ்வொருவரும் நுட்பமான புலன்களின் ஆற்றலை வளர்த்துக் கொள்ளவும், அவற்றால் பெறும் அனுபவங்களை நுட்பமாக அனுபவிப்பதுடன் தூலமாகப் பார்க்கவும் முடியும்.

அதனால்தான் அனுபவங்களுக்குகெல்லாம் பொதுச் சொல்லாகக் காட்சி பயன்படுகிறது.

இந்தப் பயிற்சியின் உச்ச நிலையைத்தான், "சுவை, ஒளி, ஊறு, ஓசை, நாற்றம் என்று ஐந்தின் வகை தெரிவான்கட்டே உலகு" என்கிறது திருக்குறள்.

வரையறை உடையது, வரையறை இல்லாதது, வடிவம் உடையது, வடிவம் இல்லாதது என்று எல்லா பொருள்களையும் பகுத்து அறியலாம்.

அப்படி அறியும்போது மூவகைக் குணங்களின் வேறுபாடுகளையும் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

குணங்களுக்கு அடிமையாகிவிடாமல், அவைகளை அடக்கி ஆள்வதுதான் ஞானயோகிகளின் புனிதமான குறிக்கோள்களாகும்.

அப்படிப்பட்ட சான்றோர்களின் குணங்களுக்கும் மற்றவர்களின் குணங்களுக்கும் ஆற்றல் அளவில் மிகப்பெரிய வேறுபாடுகள் உண்டு.

இதைத்தான் "குணம் என்னும் குன்றுஏறி நின்றார்" என்று திருக்குறள் சொல்லுகிறது.

குணங்களுக்கும் நான்கு எல்லைகள் உண்டு. வரையறைக்கு எட்டாத அருவநிலை, வரையறைக்கு உட்பட்ட உருவநிலை என்று சொல்லும்போது குணங்களின் நான்கு எல்லைகள் தோன்றுகின்றன.

அவற்றை வரம்பற்றநிலை, வரம்புள்ளநிலை, அருவநிலை, உருவநிலை என்றும் சொல்லலாம்.

இப்படிச் சொல்லுவதுகூட குணம் படிப்படியாக உயர்ந்து தோன்றுபவர்களுக்குப் பொருந்தாது.

காரணம் மற்றவர்கள் காண முடியாததை உயர்ந்தவர்கள் காண்கின்றனர்.

இத்தகைய காட்சிகளுக்குத்தான் தடைதவர் காட்சி என்றும், சர்வகாட்சி என்றும் சொல்லுகிறார்கள்.

இதைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கு நம்முடைய உடம்பு ஒரு ஏழு அடுக்கு மாளிகை என்பதையும், அதில் படிப்படியாக எப்படி ஏறவேண்டும் என்பதைப் பற்றியும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

தூல உடம்பில் இரண்டு அடுக்கு உண்டு. முதல் அடுக்கு உணவு உடம்பு; இரண்டாவது அடுக்கு உயிர்ப்பு உடம்பு.

இவற்றை அன்னமய கோசம் என்றும், பிராணமய கோசம் என்றும் சொல்வார்கள்.

இரண்டாவது அடுக்கிலேயே உடம்பில் தோன்றும் ஒளியின் ஆற்றல் வெளிப்படுகிறது.

முதல் அடுக்கைவிட அதிக ஆற்றல் உடையது உயிர்ப்பு உடம்பு. இதை ஒளி உடம்பு என்றே ஞானயோகிகள் சொல்கின்றனர்.

இந்த ஒளியே படிப்படியாக வளர்க்கிறது.

சூட்சும உடம்பில் மனமாகவும், அறிவாகவும் விரிவடைகிறது.

காரண உடம்பில் உண்மை இன்பமாகவும், மறுமை இன்பமாகவும், பேரின்பமாகவும் வளர்கிறது.

இந்த மூவகைக் குணங்களை தூல, சூட்சும, காரண நிலைகளாகக் கொள்ளலாம். இவற்றையே அன்புருவம், அருள் உருவம், இன்புருவம் என்று சொல்லுகிறார் வள்ளலார்.

தூல தேகத்தைக் காரியமாகக் கொள்ளும்போது சூட்சம தேகத்தைக் காரணமாகக் கொள்ளவேண்டும்.

சூட்சம தேகத்தையே காரியமாகக் கொள்ளும்போது, இன்ப உருவமாகிய காரண தேகத்தை மிக நுட்பமான காரண தேகமாகக் கொள்ள வேண்டும்.

நம் உடலின் ஏழாவது அடுக்கில் இருக்கும் இடத்தையே நம் உச்சந்தலை குறிப்பிடுகிறது. இதுதான் திருச்சிற்றம்பலம்.

உலகு அம்பலவிதம் என்று எல்லாவற்றையும் அடக்கியே சொல்லலாம்.



20. த்ரஷ்டா த்ருசிமாத்ரா சுந்தோபி ப்ரத்ய அனுபக்ய: ||

பார்ப்பவர், பார்க்கப்படும் பொருள், பார்வை என்ற மூன்றில் பார்ப்பவரே சுதந்திரமுடையவர்.

மற்ற இரண்டும் அதாவது பார்வையும் பார்க்கப்படும் பொருளும் சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப மாறுபடுகின்றன.

பார்ப்பவரை ஆன்மா என்று சொல்லுகிறார்கள் ஞானிகள்.

உயிர் மனத்தின் மூலமாக எல்லாவற்றையும் பார்ப்பதாகத் தோன்றுகிறது.

பார்க்கிற ஆற்றலோ நிலையானது; தூய்மையானது.

இங்கு பார்ப்பவர் வேறு இயற்கை வேறு என்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

ஒளி தூய்மையானது, மாறுபடுவதும் இல்லை. இயற்கையில் இருக்கும் பார்க்கப்படும் பொருளுக்கு ஏற்ப மாறுவதுபோல் தோன்றுகிறது.

சூரிய ஒளி தண்ணீரின் மேல் மட்டத்தில் இருந்து தண்ணீருக்குள் செல்லும் போது அது வளைந்து செல்வது போலத் தோன்றுகிறது.

இதை ஒளி முறிவு என்கிறது விஞ்ஞானம்.

உண்மையில் ஒளி முறிவதும் இல்லை; வளைவதும் இல்லை.

ஒளி காற்றின் வழியாக முதலில் செல்கிறது. பிறகு காற்றைவிட கனமான தண்ணீருக்குள் செல்கிறது. அப்போது ஒளியின் தோற்றம் திசை மாறுவது போலத் தெரிகிறது.

இதுதான் ஒளி முறிவு என்பது.

ஒளி வெண்மையாக இருந்தாலும் பக்கத்தில் இருக்கும் சிவப்பு நிறக் கண்ணாடி ஒளியையும் சிவப்பு நிறம் உடையதாகச் செய்கிறது.

நாம் எல்லாரும் ஒரே வகையான வெள் ஒளியைச் சேர்ந்தவர்கள். ஆனால் நான் ஒரே மாதிரியாக தோற்றம் அளிப்பதில்லை. ஒரே மாதிரியாக நினைப்பது இல்லை. செயல்படுவதும் இல்லை.

காரணம் நம்முடைய உடம்பும் மனமும் சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப வேறுபட்டு இருப்பதுதான்.

நம்முடைய மனம் சட்டத்தைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ளும்போது நாம் வழக்கறிஞராக மாறுகிறோம். மருந்தைப்பற்றித் தெரிந்து கொள்ளும் போது டாக்டராக மாறுகிறோம்.

எதைப் பற்றியும் தெரிந்துகொள்ளாதவர்கள் அறிவில்லாதவர்களாகவே இருப்பார்கள். எந்தப் பொருளும் சூழ்நிலையால் வேறுபடும்போது வேறு பொருளாக மாறுகிறது.

யோகியின் நினைவாற்றலால் மனித வர்க்கம் முழுவதையும் சமமாகப் பார்க்கிறது.

மனித குலத்தில் இருக்கும் எல்லாரையும் ஒரே வரம்புக்குள் வைத்து உணர்ந்துகொள்ளவும் செய்கிறது.

மிகக் கொடிய பாவியைக்கூட ஒரு யோகியால் நேசிக்க முடியும். பல திசைகளிலும் சென்று கொண்டிருந்த ஒருவர் யோகப் பயிற்சியின் மூலமாகத் தம் உணர்வையும் நினைவையும் ஒருமுகப்படுத்துவதால் – ஒரு குறிக்கோளை நோக்கிச் செயல்படுவதால், அவர் தாமே ஒரு காலத்தில் பாவியாக இருந்ததையும் உணர்கிறார்.

இதனால்தான் யோகிகளுக்கு ஆணவம் நீங்குகிறது. சமரச மனப்பாங்கு தோன்றுகிறது. அமுத நிலையும் உருவாகிறது. தூய இன்பத்தையும் அடைந்து ஒரே நிலையிலும் இருக்க முடிகிறது.

இன்றைக்குப் பாவியாக இருப்பவர் நாளைக்கு யோகியா மாறிவிடுகிறார்.

தாமே ஒரு காலத்தில் பாவியாக இருந்ததை உணர்ந்து கொள்கிறார். அதனால் பாவிகளைப் பார்த்து கேலி செய்வதோ, இடித்துரைப்பதோ போன்ற எண்ணங்களே அவரிடம் ஏற்படுவதில்லை.

அதே சமயத்தில் பாவிகள் மீது யோகிக்கு அன்பும் ஏற்படுகிறது. அவர்களுக்கு வேண்டிய உதவிகளைச் செய்யவும் முடிகிறது.

ஒரு குழந்தை தன் உடையையும், உடலையும் அசுத்தப்படுத்திக் கொண்டால் அந்தக் குழந்தையினால் அசுத்தப்பட்ட ஆடையைக் களைகிறோம். அதன் உடலில் இருக்கும் அசுத்தங்களையும் சுத்தப்படுத்துகிறோம். வேறு புதிய ஆடைகளையும் அந்தக் குழந்தைக்கு அணிவிக்கிறோம்.

அந்தக் குழந்தையை நாம் கோபித்துக் கொள்வதில்லை. அதன் செயலைக் குறை கூறுவதும் இல்லை.

குழந்தையின் செயல்களைப்பற்றி குறை கூறுவதோ, அதன் செயல்களைப் பற்றிக் கண்டிப்பதோ அறிவுடையவர் செய்யும் காரியம் அல்ல.

'குழந்தையும் தெய்வமும் கொண்டாடும் இடத்தில்' என்ற பழமொழி இந்த உண்மையைத்தான் உணர்த்துகிறது.

யோகப் பயிற்சி வாழ்க்கைத்துறை முழுவதிலும் நமக்கு உதவி செய்துகொண்டே இருக்கக்கூடியது. ஜனாதிபதி மாளிகையையும் குடிசைப்பகுதியையும் ஒன்றாகப் பார்க்கும் மனநிலையை யோகப் பயிற்சி ஒருவருக்குக் கொடுக்கிறது.

பல ஆண்டுகள் பயின்றே அடையக்கூடியதுதான் யோகம் என்று எண்ணுவதும் தவறு. வாழ்க்கையின் எந்த நிலையிலும் மனதை ஒருமுகப்படுத்தி யோகத்தின் மூலமாக வெற்றிபெற முடியும்.

இந்த உண்மையை அந்தந்தத் துறையில் பெரும் வெற்றி பெற்ற ஒருவரைப் பார்த்து, “அவருக்கு யோகம் அடித்துக் கொண்டிருக்கிறது” என்று உலக வழக்கிலும் சொல்லுகிறோம்.

யோகிக்கு இரண்டு வகையான அறிவும் உண்டு.

இதைப்பற்றி கிரியாயோகத்தில் உள்ள மூன்று பகுதிகளிலும் வைத்து பதஞ்சலி முனிவர் விளக்கி இருக்கிறார்.

அவைதான் தவயோகம், நவயோகம் என்பவைகளாகும்.

அழுத்தமும் நெருக்கமும் உள்ள தண்ணீரின் வழியாகச் செல்லும்போது ஒளி முறிவதுபோலும், வளைவது போலும் தோன்றுகிறது.

உண்மையில் ஒளி நேர்கோட்டில்தான் செல்லுகிறது.

பார்க்கின்ற பார்வைக்கு அதன் தோற்றமே வளைந்து செல்வதாகக் காணப்படுகிறது.

இதுபோலவே நிறமற்ற ஒளி சிவந்த பொருளில் பட்டு ஒரு கண்ணாடிக்குள் செல்லுகிறபோது அந்த ஒளி சிவப்பு ஒளியாகத்தான் தோன்றுகிறது.

இது சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப ஏற்படும் ஒளியின் நிறமாற்றமாகும்.

நாம் எல்லாரும் ஒரே வகையான ஒளியால்தான் உருவாக்கப்பட்டிருக்கிறோம். இருந்தாலும் எல்லாரும் ஒரே விதமாகத் தோன்றுவதில்லை. செயல்படுவதும் இல்லை. உணர்வதும் இல்லை. நினைப்பதும் இல்லை.

“ஒளி ஒன்றே அண்ட பகிர் அண்டமெலாம்” என்று இந்த உண்மையை தங்கள் அனுபவத்தில் இருந்து சொல்லி இருக்கிறார்கள் ஞானிகள்.

இந்த அனுபவ உண்மையை ஒரு வாய்பாடாக அமைத்துக் கூறுவதுதான் பிரகிருதி என்ற இயற்கையின் வேறு பெயராகும்.

பிரகிருதி என்று இந்தச் சொல்லைப் பிரித்தால், முதல் பகுதி 'பிரபா' என்கிற ஒளியைக் குறிக்கிறது.

இரண்டாவது பகுதி 'கிரியா' என்கிற செயலைக் குறிப்பிடுகிறது.

எனவே இயற்கை என்பது செய்கைக்கு ஏற்ற ஒளி வேறுபாட்டைக் காட்டுவது என்பதைத் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

இதை நம்முடைய வாழ்க்கையிலும் பல துறைகளிலும் காணலாம்.

ஒரு சட்ட நிபுணர் சட்டத்தைப் படிக்கிறார். அதை வாழ்க்கையில் எப்படிப் பயன்படுத்துவது என்பதைத் தெரிந்து கொள்கிறார். அதற்கு ஏற்றபடி செயல்படவும் செய்கிறார். இவ்வாறாக அவர் வழக்கறிஞராக விளங்குகிறார்.

இன்னொருவர் மருத்துவக் கல்லூரியில் படிக்கிறார். நோய்களைத் தெரிந்து அவற்றை நீக்குகிற முறைகளைக் கற்றுக் கொள்கிறார். மருத்துவ பட்டம் பெறுகிறார். மருத்துவராகவும் விளங்குகிறார்.

இதுபோலவே வாழ்க்கைத் துறைகள் அனைத்தும் உருவாகின்றன. ஒருவர் வாழ்க்கையில் எந்தத் துறைக்கும் உரிய அறிவைப் பெறவில்லை என்றால், அவரை அறிவில்லாதவர் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.

ஒருவர் தம்முடைய அனுபவத்தை நிபுணர்களின் துணையால் விரிவாக்கிக் கொள்வதுதான் கல்வி.

இதற்கு இரண்டு முனைகள் உண்டு.

எல்லாத் துறைகளைப்பற்றியும் தெரிந்து கொண்டு பொது அறிவைப் பெற்றிருப்பது ஒரு முனை.

ஒரு துறையைப் பற்றிப் பரிபூரணமாகத் தெரிந்து கொள்ளும் அறிவு இன்னொரு முறை.

மனிதர்கள் வேறுபடுவதற்கு அவரவருடைய அறிவும், செயலும்தான் காரணம்.

காரண காரியங்களைக் கடந்து மனிதர் முன்னேறுவதற்கும், மாமனித நிலைக்கு உயர்வதற்கும் துணை புரிவதுதான் யோகத்தின் நோக்கம் ஆகும்.

தூய்மையாக வேறு எந்த உதவியும் இல்லாமல் பார்க்கும் ஆற்றலைப் பெற்றவர் பார்ப்பவர். ஆனால் அவருடைய பார்வை மனத்தின் மூலமாக பார்ப்பது போலத் தோன்றுகிறது.

பார்ப்பவர் யார்? உயிர்தான்.

அந்த உயிர் செயல்படுவதற்கு அதன் மனமும் உடம்பும் கருவியாகச் செயல்படுகின்றன.

பிரபஞ்சத்தைப் பற்றி பேசியபிறகு, பதஞ்சலி முனிவர் பார்ப்பவரான புருஷரையும் அதாவது ஆன்மாவைப் பற்றியும் பேசுகிறார்.

பிரகிருதி என்ற சொல்லில் பிரபா என்ற ஒளியும், கிருதி என்ற செயலும் ஒன்றாக இணைந்து செயல்படுகின்றன.

இதையே இயற்கை என்றும் சொல்வார்கள்.

உயிர் மனதோடும் உடலோடும் இணைந்து செயல்படுவதும் இது போன்ற செயற்பாடுதான்.

ஒளி மாறுவது போலத் தோன்றினாலும் உண்மையில் மாறுபடுவது ஒளி அல்ல.

ஒளி செயல்படுவதற்குத் துணைபுரியும் கருவி மட்டுமே மாறுபடுகிறது.

உயிர் மாறுபடுவதில்லை. அது நிலையாக இருக்கிறது.

உயிருக்குக் கருவியாக இருந்து செயல்படுகிற மனமும் உடலும் மாறுபடுகின்றன.

பௌதிக விஞ்ஞானம் என்கிற பூதஇயல் ஒளியைப் பற்றிப் பேசுகிறது.

காரணம் ஐந்து பூதங்களில் முதல் பூதம் ஒளி.

ஒளியில் இருந்து காற்று, நெருப்பு, நீர், நிலம் ஆகிய மற்ற நான்கு பூதங்களும் தோன்றுகின்றன.

இந்த உண்மையைத்தான் ஒளி ஒன்றே "அண்டம் பகிர் அண்டம் எலாம்" என்கிறார்கள் ஞானயோகிகள்.

ஒளி காற்றின் வழியாகச் சென்று தண்ணீருக்குள் புகும் இடத்தில் அது முறிவது போலத் தோன்றுகிறது. அதாவது நேர்க்கோட்டில் செல்லாமல் நீர் மட்டத்தின் மேல்பகுதியில் வளைந்து முறிவது போலக் காட்சி அளிக்கிறது.

இந்த மாற்றத்திற்குக் காரணம், நம் கண் அதைப் பார்க்கும் முறையில் ஏற்படும் மாற்றம்தான்.

ஒரு மின்விளக்கின் ஒளி இதழ்கள் சிவப்பாகத் தோன்றுகிறது. காரணம் அதைச் சூழ்ந்திருக்கும் கண்ணாடிக் குமிழ்தான்.

இதுபோலவே நாம் எல்லாரும் ஒரே வகையான வெளி ஒளியால் உருவாக்கப்பட்டவர்கள் என்றாலும் நம்மில் ஒருவரைப் போல் மற்றொருவர் இல்லாமல் வேறுபடுவது ஏன் தெரியுமா ?

ஒவ்வொருவர் உடம்பும் மனமும் மனத்தன்மையுடன் வேறுபட்டு இருப்பதுதான்.

ஒவ்வொருவரும் செயலிலும், நினைவிலும், சொல்லிலும் மாறுபடுகின்றனர்.

இதைத்தான் மனம், மொழி, மெய் என்கின்ற திரிகரண வேறுபாடு என்று சொல்கின்றனர்.

செயல் வேறுபாடு மெய் என்கிற உடம்பைக் குறிக்கிறது. இது வெள் ஒளியால் அமைந்தது.

நினைவு என்பது மனம் என்கிற உயிர் ஒளியால் அமைந்தது.

மொழி அல்லது சொல் என்பது உயிரைக் குறிப்பிடுவதால் அதுதான் மனதையும் உடம்பையும் கருவியாகக் கொண்டு உள் ஒளியின் தூண்டுதலால் பேசுகிறது.

இவ்வாறு யோகம், உலகம் முழுவதையும் மூன்றே வகை ஒளியாக்கி, எல்லா வகையான இருளையும் நீக்கிவிடுகிறது.

மனம் சட்ட நுட்பங்களைப் பற்றி போதுமான விவரங்களை அறியும்போது, அந்த மனதை உடையவர் வழக்கறிஞர் ஆகிறார்.

மனம் நோயையும் அதைப்போக்கும் மருந்தையும் அறிந்து கொள்கிற போது, அந்த மனத்தை உடையவர் மருத்துவர் ஆகிறார்.

வாழ்க்கைக்கு வேண்டிய இப்படிப்பட்ட உண்மைகளை நுட்பமாகத் தெரிந்து கொள்ளாதவர்கள் வெறும் மனிதத்தோற்றம் படைத்த சாதாரண மனிதர்கள்.

அவர்களும் அறிஞர்களை நெருங்கிப் பழக நேர்ந்தாலும், தம்முடைய வாழ்க்கையில் சன்மார்க்க பழக்க வழங்கங்களை மேற்கொள்ள முயன்றாலும் அறிஞர்களாக உயர்ந்துவிடலாம்.

அறிவும் இரண்டு வகையில் செயல்படுகிறது என்ற உண்மையைத் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

ஒன்று இயற்கை அறிவு.

மற்றொன்று செயற்கை அறிவு. அதாவது விதி அறிவு.

இயற்கை அறிவு, மதி என்றும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இதை;

மதி நுட்பம் நூலோடு உடையார்க்கு, அதி நுட்பம்
யாவுள முன்னிற் பவை ?

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

திருவள்ளுவர் நூல் அறிவை விதி அறிவு என்கிறார். நுண் அறிவாகிய இயற்கை அறிவை மதி அறிவு என்கிறார்.

இவை இரண்டும் ஒன்றாக இணைந்து செயல்படும் போது செயற்கரிய காரியங்களைச் செம்மையாகச் செய்து வெற்றி காணலாம்.

ஒருவரே கற்க வேண்டிய எல்லாவற்றையும் கற்றுக் கொள்ள முடிவதில்லை.

ஆனால் கற்றதைக் கொண்டு கல்லாததை எல்லாம் யூகித்தும், சோதித்தும் அறிந்து கொள்ளலாம்.

இதைத்தான் விஞ்ஞானம் என்றும், செயற்கை அறிவு என்றும், தொழில் நுட்பம் என்றும் சொல்வார்கள்.

யோக முறையில் நினைவும், உணர்வும், செயலும் அமைந்தால் ஒருவகையில் உலக உயிர் இனம் ஒரே வகையானது என்றும், சிறப்பாக மனித இனம் ஒரே நிலையில் உயர்ந்து நிற்கிறது என்பதையும் புரிந்து கொள்ளலாம்.

உலக மக்கள் எல்லாரும் உறவினத்தாரே, புறவினத்தார் அல்லர்.

இதைத்தான் 'யாதும் ஊரே யாவரும் கேளீர்' என்று கூறுகிறது புறநானூறு.

எல்லா ஊரும் நம்முடைய சொந்த ஊர்தான். எல்லா மக்களும் நம்முடைய சகோதரர்கள் என்பதுதான் இதன் பொருள்.

இந்த நிலைக்கு உயர்வதற்கு எதையும் எதிர்பார்க்காமல் உயிர்க்குலம் முழுவதும் ஒன்று என்பதை உணர்வுபூர்வமாக உணர்ந்து செயல்பட வேண்டும்.

மனத்துள்ளே பேதா பேதம், வஞ்சம், பொய், களவு, சூது, சினத்தையும் தவிர்த்துவிட்டால் யோகத்தாலும், தவத்தாலும், பெறும் பயன் அனைத்தையும் பெற்று மாமனிதராக உயர்ந்து வாழலாம்.

மிகக்கொடிய பாவத்தைச் செய்தவரையும் நம்மால் நேசிக்கமுடியும்.

இது நடக்கக்கூடிய காரியமா? நடக்கக்கூடிய காரியம்தான். காரணம் நாமும் ஒரு காலத்தில் மிகக் கொடிய பாவங்களைச் செய்தவர்கள் தான்.

இன்றைய கொடிய செயலில் ஈடுபட்டு வருகின்ற மனிதரே, எதிர்காலத்தில் ஞானபுருஷராக உயர்ந்துவிடுகிறார்.

நாமும் ஒரு காலத்தில் தவறுகளைச் செய்து கொண்டிருந்தவர்கள் என்பதை உணர்ந்து கொண்டால், நாம் மற்றவர்களிடம் குறை காண முடியாது.

இதைத்தான் ஜீவதோஷம் விசாரிக்கக்கூடாது; ரிஷி மூலத்தையும், நதியின் மூலத்தையும் ஆய்வு செய்யக்கூடாது என்கிறார்கள்.

குற்றம் கண்டு இடித்து உரைப்பதற்குப் பதிலாக, அவருக்குக் காலத்தில் உதவி செய்வதுதான் யோகம்.

அப்படிச் செய்பவர்கள் உண்மையான யோகிகள். ஞானசித்தர்கள். பரிபூரண மனித நிலைபெற்று மாமனித நிலைக்கு உயர்பவர்கள்.

இவ்வாறு நம்மை மாமனித நிலைக்கு உயர்த்தியவர்கள் நம்மிடம் உதவி பெற்றவர்கள்தான்.

உதவி வரைத்து அன்று உதவி, உதவி
செயப்பட்டார் சால்பின் வரைத்து

என்கிறார் ஞானயோகியான திருவள்ளுவர்.

ஒரு குழந்தை தான் அணிந்திருக்கும் தூய்மையான ஆடையில் மலஜலம் கழித்துக்கொண்டு அத்துடன் விளையாடுகிறது.

அந்தக் குழந்தை தான் என்ன செய்கிறோம் என்று தெரியாமல் விளையாடுகிறது.

அதனால் அந்தக் குழந்தையை எடுத்து, அதன் உடையை அவிழ்த்து விட்டு அதன் உடலைச் சுத்தப்படுத்தி, அதற்கு மாற்று உடை அணிவிக்க வேண்டும்.

அந்தக் குழந்தையைக் கண்டிப்பதோ, அதைப் பார்த்துக் கோபம் கொள்வதோ அந்தக் குழந்தையிடம் அன்புடையவர்கள் செய்பமாட்டார்கள்.

யோகம் நம்முடைய வாழ்க்கைத் துறைகள் எல்லாவற்றிலும் நமக்குத் துணை செய்கிறது.

அரசன் முதல் ஆண்டி வரையில் உள்ளவர்களின் வாழ்க்கைத் துறைகளின் வேறுபாட்டை அறிந்து கொள்வதற்கு ஐம்பது ஆண்டோ அறுபது ஆண்டோ வாழ்ந்தபிறகுதான் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்; தெரிந்து கொள்ள முடியும் என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

யோகத்தின் துணையால் இளம் பிராயத்திலேயே மாமனித நிலைக்குக் கூட ஒருவர் உயர்ந்துவிட முடியும்.

இதற்கு மூன்று வயதிலேயே ஞானம் பெற்று மகத்தான சாதனைகளையும் படைத்த சான்றோர்களில் திருஞானசம்பந்தரையும், மெய்கண்ட தேவரையும் மறக்க முடியாது.



21. ததர்தத ஏவ த்ருச்யஸ் யாத்மா ||

காணுகிற உயிருக்காக மட்டுமே காட்சி (அனுபவம்) உருவாகிறது.

இதற்கு முன்பு உள்ள இருபதாவது சூத்திரத்தில் நாம் பார்த்தபடி இயற்கை உயிருக்காகவே உருவாகி இருப்பதால் உயிர்தான் அதன் அனுபவத்தை இயற்கையில் இருந்து பெறுகிறது என்று சொல்லலாம்.

உண்மையில் உயிர் எதையும் தானே அனுபவிப்ப தில்லை.

எல்லா அனுபவங்களுக்கும் உயிர் சாட்சியாக இருக்கிறது.

இருந்தாலும் எல்லாவற்றையும் அனுபவிப்பது உயிர் என்றே நமக்குத் தோன்றுகிறது.

இவ்வாறு தோன்றுவதற்கு உரிய காரணம் என்ன?

இந்த இடத்தில் சற்று ஆழ்ந்து சிந்தித்துப் பார்த்தால் உயிர் தானே எதையும் செய்வதும் இல்லை; தானே அனுபவிப்பதும் இல்லை என்பதைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

இது ஒரு தோற்ற நிலை.

இந்த நிலைக்கு அப்பால் மேலும் மேலும் சென்று பார்த்தால் இயற்கை உண்மையின் முழு வடிவத்தையும் தெரிந்து கொள்ளலாம்; மகிழலாம்.

தெரிந்துகொள்ளுதல் என்ற சொற்றொடரை உற்றுப் பார்த்தால் அதில் இரண்டு சொற்கள் இருப்பதை உணரலாம்.

ஒரு சொல் 'தெரிதல்' என்ற சொல், மற்றொரு சொல் 'கொள்ளுதல்' என்ற சொல்.

ஒரு பொருள் ஒருவரிடம் இருக்கிறது என்று தெரிகிறது.

அவரிடம் இருந்து அந்தப் பொருளை இன்னொருவர் பெற்றுக் கொள்கிறார்.

இந்த நிகழ்ச்சியைத்தான் 'தெரிந்து கொள்ளுதல்' என்ற சொல் ஆட்சி உணர்த்துகிறது.

ஒரு நிலையில் தெரிகின்ற உண்மையே போதும் போதும் என்று எண்ணிவிடக்கூடாது.

அதே பொருள் இன்னொரு நிலையில் இருந்தால் அது எப்படி இருக்கும் என்பதையும் புரிந்து கொள்ள முயற்சிக்க வேண்டும்.

இந்த முயற்சியைத் தொடர்ந்து அதில் வெற்றி அடையும்போது முழு உண்மையையும் புரிந்து கொள்ளலாம்.

இவ்வாறு ஒன்றைப்பற்றி நாம் பரிபூரணமாகப் புரிந்து கொள்வதற்கு நாம் எந்தப் பொருளின் ஆதரவில், எந்தப் பொருளின் அடியில் நின்று பார்க்க வேண்டும்?

நாம் முதலில் எதன் ஆதரவில் எதன் அடியில் நின்று நாம் பார்க்க வேண்டிய ஒரு பொருளின் பகுதியைப் பார்த்துத் தெரிந்து கொண்டோமோ, அதற்கு அப்பாலும் சென்று மேல் நிலையில் நின்று பார்த்தால் அதன் விரிந்து பரந்த வடிவம் நமக்குத் தெரியும்.

இதைத்தான் கண்டமான பார்வையில் இருந்து அகண்டமான பார்வையைத் தரும் 'யோகம்' என்றும், உயிர்க்கு உயிராகிய இறைவன் தரும் காட்சி என்றும் சொல்லுகின்றனர் ஞானயோகிகள்.

உயிர் உடம்பை இயக்குவது போல, உடம்பையும் உயிரையும் சேர்த்து இயக்குவதுதான் கடவுள்.

கடவுள் அனுபவத்தைப் பெறுவதற்கு நாம் படிப்படியாக வாழ்க்கை நிலைகளில் முன்னேறியே ஆக வேண்டும்.

ஒரு பொருளை ஒருவர் அறிந்துகொள்ள முயலும்போது அவருடைய சூழ்நிலையும், மனநிலையும், காட்சியும் படிப்படியாக மாறுகின்றன.

அதனால் அந்தப் பொருளின் வடிவத்தையும், அதன் உண்மையையும் ஒரே நிலையில் இருந்து அவரால் முழுமையாக அறிந்து கொள்ள முடிவதில்லை.

எனவே அவர் மேலும் மேலும் உயர்ந்து இயற்கை உண்மையில் முழு வடிவத்தையும் காண்பதற்குப் போதுமான பயிற்சியிலும் ஈடுபடவேண்டி இருக்கிறது.

ஒவ்வொருவருக்கும் அவரவர் திறமைக்கும் பயிற்சிக்கும் ஏற்ப இயற்கை உண்மையின் வடிவம் தெரிகிறது.

இதைத்தான் ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு காரியம் எளிதாக இருக்கிறது என்று யோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

ஒரு பொருளைப் பற்றிய உண்மையைத் தெரிந்து கொள்வதில் எனக்கு இருக்கும் தெளிவுக்கும், உங்களுக்கு இருக்கும் தெளிவுக்கும் வேறுபாடு இருக்கும்.

காரணம் திறமையிலும் பயிற்சியிலும் இருக்கும் வேறுபாடுதான்.

ஒரே செய்யுள் ஒருவருக்கு ஒரு பொருளையும், மற்றவருக்கு வேறு பொருளையும் காட்டுகிறது.

காரணம் அவரவர்களுடைய அனுபவத்தின் அடிப்படையால் ஏற்படும் விளைவுகள் தான்.

“நவில்தரு நூல் நயம்” என்பதுகூட இதுபோன்ற அனுபவத்தின் விளைவுதான்.

ஒரு நூலைப் படிக்கும்போது ஒருவருக்கு ஏற்படும் அனுபவம் மீண்டும் மீண்டும் அந்த நூலைப் படிக்கும்போது

அவருக்குப் புதுப்புது உண்மைகளையும், அனுபவங்களையும் பெறும்படிச் செய்யும்.

அதனால் அவர் மேலும் மேலும் இன்பத்தைச் சுவைத்து மகிழ்கிறார்.

இந்த அனுபவத்தைப் பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் என்ன சொல்கிறார்?

உயிர் தானே ஒரு பொருளைக் காண்பதற்கும் இறைவனின் பெரும் கருணையால் காண்பதற்கும் மிக மிகப் பெரிய வேறுபாடு இருக்கிறது என்கிறார்.

அந்த வேறுபாடு என்ன?

உயிர் தானே ஒரு பொருளைப் பார்க்கவோ அனுபவிக்கவோ முயலுகின்ற போது அதனால் முழு வெற்றியையும் அடைய முடிவதில்லை.

இறைவனின் அருளுடன் முயற்சி செய்கிறபோது உயிர் முழு வெற்றியையும் பெறுகிறது. முழு அனுபவத்தையும் அடைந்து நிலை பெறுகிறது.

இதைத்தான் 'அருள்' அலாது அணுவும் அசைந்திடாது, என்கிறார்கள் ஞானயோகிகள்.

காணும் கண்ணுக்கு காட்டும் உளம்போல்
காண உளத்தைக் கண்டு காட்டவே
அயரா அன்பின் அவன் கழல்செலுமே

என்கிறார் மெய்கண்டார்.

கண் ஒரு பொருளைப் பார்க்கிறது. அதைப் பார்ப்பதற்கு வெளியில் இருக்கும் வெளிச்சம்தான் அதற்குத் துணை செய்கிறது என்று சொல்கிறார்கள்.

உண்மையில் ஒரு பொருளைக் கண்ணால் பார்ப்பதற்கு அதற்குத் துணை புரிவது உயிர்தான்.

அதுபோல உயிருக்குத் துணை செய்வது உயிருக்கு உயிராகிய இறைவனின் திருவருள்தான்.

இறைவனிடம் இடையறாத அன்பு வைத்தால் ஒவ்வொரு உயிரும் பேரின்பப் பெருவாழ்வைப் பெற்று மகிழ முடியும்.

இந்த அனுபவத்தைத்தான் சர்வ சாட்சி சைதன்யம் என்றும், ஞானதேகம் என்றும் ஞானயோகிகள் தங்கள் அனுபவத்தின் மூலமாக கண்ட உண்மையைச் சொல்கிறார்கள்.

இதை விரித்து விளக்குவதுதான் பதஞ்சலி முனிவரின் யோக சூத்திரத்தின் நாலாவது பாதமாகிய கைவல்ய பாதமாகும்.





22. க்ருதார்த்தம் ப்ரதி நாஸ்தம் அபி அநாஸ்தம் தட் அன்ய ஸாதாரணத்வாத்

புலன்களின் ஆட்சியில் இருந்து விடுபட்ட யோகிக்கு புலன்களினால் ஏற்பட்ட நினைவுகள் நினைவில் இருக்காது.

ஆனால் அந்த யோகியிடம் அவர் புலன்களினால் ஏற்பட்ட விளைவுகள் சூட்சுமமாக இருக்கின்றன என்பதை மற்றவர்கள் அவற்றின் விளைவால் புரிந்து கொள்ளலாம்.

இவை புலன்களின் ஆட்சியில் இருந்து விடுபட்ட யோகிக்கும், மற்றர்களுக்கும் புலன்களினால் ஏற்பட்ட விளைவுகள் பொதுவாகவே இருக்கின்றன.

வேதத்தின் கொள்கைப்படி இயற்கையை ஒரு மாயை என்பார்கள். அதாவது இல்லாத பொருளை இருப்பதாக எண்ணி மயங்குவதுதான்.

மாயா என்ற சொல், மாய் +ஆ என்ற இரண்டு சொற்களை உடையது.

மறைந்து மறைந்து தோன்றிக் கொண்டிருப்பது தான் மாயை.

இந்த உண்மையைப் புரிந்து கொண்டவர்கள் மாயையில் மயங்க மாட்டார்கள். இல்லாத ஒன்றை இருப்பதாக எண்ணி மயங்கமாட்டார்கள்.

சாதாரண மனிதர்கள் இல்லாத பொருளை இருப்பதாக எண்ணி மயங்குவார்கள்.

மரத்தினால் செய்த யானையைப் பார்த்து சாதாரண மக்கள் அதை யானை என்று எண்ணி மயங்கி மகிழ்வார்கள்.

யானை மரத்தினால் செய்யப்பட்டதுதான் என்பதை அறிந்தவர்கள் அதை யானை என்று எண்ணி மயங்கி மகிழ மாட்டார்கள். இது இந்த மரத்தினால் செய்யப்பட்டது என்பதை அவர்கள் நன்கு உணர்வார்கள்.

இதைத்தான்–

மரத்தை மறைத்தது மாமதயானை
மரத்தில் மறைந்தது மாமதயானை
பரத்தை மறைத்தது பார் முதல் பூதம்
பரத்தில் மறைந்தது பார் முதல் பூதம்

என்கிறது திருமந்திரம்.

மண்ணால் செய்யப்பட்ட தெய்வ விக்ரகம் தெய்வத்தை மறைக்கிறது.

தெய்வ விக்ரகத்தை மண்ணால் செய்திருக்கிறார்கள் என்பதைத் தெரிந்தவர்களுக்கு மண் மறைந்து விடுகிறது. தெய்வ விக்ரகம் தான் தோன்றுகிறது.

இந்த உலகமே ஒரு வகையில் பெரிய தொழிற்கூடம் தான்.

தொழிற் கூடத்தில் செய்வதற்கு வேண்டிய சாமான்களுக்காக அதற்கு வேண்டிய மூலப் பொருள்களான இரும்பு, மரம் முதலியவைகளைக் கொண்டு வந்து சேர்க்கிறார்கள்.

இந்த மூலப்பொருள்கள் பல இயந்திரங்கள் மூலமாகச் சென்று பலவித மாற்றங்களைப் பெற்று நமக்கு வேண்டிய பொருள்களாக வெளிவருகின்றன.

அந்தப் பொருள்கள் விற்பனைக்காக வணிக நிலையங்களில் காட்சிக் கூடத்தில் வைக்கப்படுகின்றன.

அவற்றில் இருந்து மக்கள் தங்களுக்கு வேண்டிய பொருள்களை வாங்கிச் சென்று பயன்படுத்துகிறார்கள்.

மக்கள் வாங்கிச் சென்ற பொருள்கள், மூலப் பொருள்களாக மீண்டும் தொழிற்கூடத்துக்கு வருவதில்லை.

ஆனால் தொழிற்கூடம் வெளியில் இருந்து மூலப்பொருள்களைப் பெற்று தொடர்ந்து அது செய்யவேண்டிய பொருள்களைச் செய்து குவித்துக்கொண்டே இருக்கிறது.

இந்தச் செயல்முறைதான் இயற்கைப் பொருள்களாகிய விளைபொருள்களை செயற்கைப் பொருள்களாக மாற்றுகின்ற முறையாகும்.

நம்முடைய ஐந்து புலன்களும் அவை அவை விரும்புகிற திசைகளில் சென்றுகொண்டே இருக்கும்.

அவற்றை ஒருமுகப்படுத்துகிற செயலைத்தான் அட்டாங்க யோகத்தின் ஐந்தாவது உறுப்பாகிய பிரத்தியாகாரம் செய்கிறது என்று சொல்வார்கள்.

புலன்களால் அறியப்படும் இயற்கை விளை பொருள்களை நமக்கு வேண்டிய செயற்கைப் பொருள்களாகச் செய்து பயன்படுத்துகிற தொழிற் கூடத்தின் செயல்முறைகளைப் போன்றவைதான் – தாரணை, தியானம், சமாதி என்கிற யோகத்தின் அக உறுப்புகளாகிய மூன்றும் ஆகும்.

யோகத்துக்கு புற உறுப்புகள் ஐந்து. அக உறுப்புகள் மூன்று.

இவற்றை நன்றாக அறிந்து அவற்றில் இருந்து விடுபட்டு சுதந்திரமாக இயங்கும் யோகியைப் போலவே, சமையற்கூடத்தில் உணவு தயாரிக்கும் பெண்மணியும் இயங்குகிறாள்.

இதை "ஐந்தும் மூன்றும் உண்டானால் அறியாப் பெண்ணும் கறி சமைப்பாள்" என்ற பழமொழி சொல்கிறது.

இந்த உலகம் ஒரு சிறந்த தொழிற்கூடம்போல் இருந்து, நம்மை உருவாக்கிக்கொண்டு இருக்கிறது.

தொழிற்கூடத்தில் பயன்படும் யந்திரங்கள் போலவே நம் உடலில் இருக்கும் புலன்களும் பொறிகளும் அடைகின்ற அனுபவங்கள் பயன்படுகின்றன.

நாம் தூய்மை பெறுகிறோம். ஆற்றல் பெறுகிறோம்.

நாம் பார்த்த பொருள்கள் எல்லாம் நிலையானவை என்றும், உண்மையானவை என்றும் எண்ணி வருகிறோம்.

செல்வம், கல்வி, அதனால் பெற்ற பட்டம், பதவி, புகழ் எல்லாம் மாறாதவை என்று எண்ணி மயங்கிக் கொண்டிருந்தோம்.

ஆனால் நம்முடைய ஆற்றலும் அனுபவமும் வளர வளர, நாம் முன்பு எண்ணிய எண்ணங்களும், செய்த செயல்களும், பார்த்த பொருள்களும் மாற்றம் அடைகின்றன.

நாம் பார்த்த மிகப்பெரிய செல்வந்தர்கள் வறுமையில் வாடிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். அழகுப் போட்டியில் முதல் பரிசு பெற்ற அழகு கொஞ்சும் பெண்மணி நரை, திரை, மூப்பு, எய்தி பார்ப்பதற்குக் குரூரமாகத் தோன்றுகிறாள்.

உலக வாழ்க்கையை பெரிது என்று நாம் எண்ணிக் கொண்டிருந்தபோது உலகம் போகிற போக்கிலேயே நாம் போய்க்கொண்டு இருந்தோம். நம்முடைய காலத்தையும் போக்கிக் கொண்டு இருந்தோம்.

உலக வாழ்க்கை நிலையானது அல்ல என்ற உண்மை தெரிந்தவுடன் நாம் உலகத்தோடு ஒட்டி ஒழுகாமல், தனித்து நின்று சுயபலத்துடன் முன்னேறத் தொடங்கி விடுகிறோம்.

இந்த சமயத்தில் உலகம் நம்மைப் பார்த்து, "ஐயா! உங்களுக்கு எந்தவிதமான இடையூறும் இனிமேல் செய்யமாட்டேன்.

தாங்கள் என்னைப் பயன்படுத்த விரும்புகிற போது தங்களுக்கு வேண்டிய பணிகளைச் செய்வதற்குக் காத்துக்கொண்டு இருக்கிறேன்" என்று சொல்லிவிட்டுப் பணிந்து நின்றது.

இதுவரையில் உலகம் போகிற போக்கிலேயே போய்க்கொண்டு இருந்தோம்.

இப்போது நம் பக்கம் திரும்பி நமக்கு வேண்டிய பணிகளைச் செய்வதற்கு நம்மைத் தொடர்ந்து வந்துகொண்டு இருக்கிறது உலகம்.

உலகமாகிய தொழிற்கூடம் இல்லாமல் நாம் நம்மையே ஒரு குறிக்கோளுக்கு உரிய முறையில் உருவாக்கிக்கொண்டு உயர முடியாது.

இயற்கை என்பது என்ன என்பதைப்பற்றி நாம் முதலில் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அதனால்தான் பூமியை – 'பூமித்தாய்' என்றும், இயற்கையை – 'இயற்கை அன்னை' என்றும் சொல்லுகிறோம்.

இயற்கைத்தாயின் மூலமாகவே தந்தையாகிய இறைவனை நாம் அறிந்து கொள்ள முடியும்.

உலகில் இன்னும் எந்த மனிதரும் தாயின் உதவி இல்லாமல் தன்னுடைய தந்தையைத் தெரிந்து கொள்ள முடியாது.

தம்முடைய தந்தை யார் என்பது இயற்கைத் தாய்க்கு மட்டுமே தெரியும்.

நம்முடைய வாழ்க்கையில் பிரச்சினைகள் ஏற்படும்போது அதைக்கண்டு பயந்து பின்வாங்கக் கூடாது.

அதை எதிர்த்து பிரச்சினைகளின் அடிப்படைகளைத் தெரிந்து கொண்டு, அவற்றைத் தீர்ப்பதற்கு முயன்று வெற்றி காண வேண்டும்.

இவ்வாறு பிரச்சினைகள் தோன்றும்போது அதைக்கண்டு பயந்து ஓடுவதுதான் போலித் துறவாகும்.

உண்மையான துறவி – உடம்பையும், உலகத்தையும், இணைத்து வைத்தே வெற்றி பெறுகிறான்.

மாயை என்று வேதத்தில் சொல்லி இருப்பது எதைப்பற்றி என்பதில் மிகுந்த விழிப்புணர்ச்சியுடன் இருக்க வேண்டும்.

இயற்கையில் நடைபெறும் செயல்கள் எல்லாம் மயக்கம் தருவதால் அவற்றை மாயை என்று மேலெழுந்த வாரியாகச் சொல்கிறார்கள்.

இயற்கையையும் செயற்கையையும் இணைத்துப் பார்க்கும்போதுதான் முழு உண்மையும் விளங்குகிறது.

முழுமையான வாழ்க்கையைப் பெற்று பெருவாழ்வு வாழவும் முடிகிறது.

உலகம் நம்மை ஏமாற்றுவதற்கே எல்லா வகையிலும் முயன்று கொண்டு இருக்கிறது.

அதை நாம் சரியாகப் புரிந்து கொண்டோமானால் உலகம் நம்மை ஏமாற்ற முடியாது.

உலகத்தின் எல்லா மூலை முழுக்குகளில் இருந்தும் இயற்கையின் ஆற்றல் நமக்குப் பணிபுரியவே வருகிறது.

அதைப் புரிந்து கொள்வதற்கு நமக்குக் கோடிக்கணக்கான கண்கள் வேண்டும்.

இப்படி உலகின் எல்லாப் பகுதிகளையும் பார்க்கும் ஆற்றலைத்தான் 'சர்வ சாட்சி சைதன்யம்' என்கிறார் வள்ளலார்.

தம்மையும் உலகத்தையும் சேர்த்துப் பார்க்கிற பார்வைதான் நமக்கு நிலையான கடவுள் அனுபவத்தைக் கொடுக்கிறது.

இதைத்தான் –

செயற்கை அறிந்தக் கடைத்தும் உலகத்து
இயற்கை அறிந்து செயல்

என்கிறது திருக்குறள்.

செயற்கைகளை எல்லாம் நாம் நம்முடைய செய்கைகளுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கிறோம்.

ஆனால் இயற்கையின் முழு வடிவத்தையும் நாம் பார்க்கிறபோதுதான் நம் செயல்களில் நிலையற்றவை எவை? நிலையானவை எவை? என்பதைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள முடிகிறது.

உலகத்தைப் பொற்சபை என்றும், உடம்பை சிற்சபை என்றும் ஞானிகள் சொல்கிறார்கள்.

இந்த இரண்டையும் சேர்த்து வெற்றி பெற்றால்தான் உண்மையான பேரின்பப் பெருவாழ்வு, கிடைக்கும்.

இதைத்தான்,

சிற்சபையும் பொற்சபையும் சொந்தம்
எனது ஆச்சு

என்கிறார் திருஅருட்பிரகாசர்.

உலக மக்களில் பலர் தங்களுடைய பிரச்சினைகள் என்ன என்பதையே புரிந்து கொள்ள முயல்வதில்லை.

பிரச்சனைகளை புரிந்து கொண்டவர்களால் தான் அவற்றைத் தீர்த்துக் கொள்ளவும் முடியும். அப்படிப்பட்ட சான்றோர்கள்தான் தலைவர்களாகவும் முடியும். மற்றவர்களால் தலைவர்களாக முடியாது.

அந்தத் தலைவர்களை இயற்கையினால்கூட ஏமாற்ற முடியாது. மாறாக இயற்கை அவர்களுக்கு அடிமையாகி அவர்கள் சொல்வதை எல்லாம் நிறைவேற்றத் தொடங்கிவிடும்.

இதுதான் சித்தபுருஷர்கள் செய்கிற அற்புதங்களுக்கு அடிப்படையானது.





23. ஸ்வஸ்வாமி சக்த்யோ: ஸ்வரூபோபலப்தி ஹேது: ஸம்யோக: ||

இயற்கையின் ஆற்றலும் உயிரின் ஆற்றலும் ஒன்றுபடும்போதுதான் உயிர் தன்னை அறிந்து கொள்கிறது.

"உயிர் தன்னை அறிவது வேதாந்தம்; தலைவனை அறிவது சித்தாந்தம்" என்பர்.

தலைவன் என்பது இறைவன்.

இயற்கை ஆற்றல் ஆண்பால், இதை ஜோதிப்பால் என்றும் சொல்வார்கள். உயிரின் ஆற்றலை ஜோதிப்பால் தான் தூண்டுகிறது.

ஊக்கம் முதலியவை இல்லாதது பெண்பால், இதனைத் தூண்டிச் செயல்படச் செய்வது இயற்கை உண்மையாகிய கடவுள்தான். இதனால் தான் கடவுளை உயிருக்கு உயிர் என்கின்றனர் ஞானயோகிகள்.

கருப்பு மையைக் கொண்டுதான் வெள்ளைக் காகிதத்தில் எழுத வேண்டும்.

இதைப்போலவே இயற்கை ஆற்றலாகிய ஞானமயமான பின் அணியில் உயிரின் பதிவுகள் – அதாவது நினைவு ஆற்றல் முதலியவை ஏற்படுகின்றன.

இன்றைய விஞ்ஞானமும் இதை ஏற்றுக் கொள்கிறது.

மின்சாரப் பூதக் கண்ணாடியில் ஒரே அளவுள்ள ஆணின் உயிர் அணுத்திரளையும் பெண்ணின் உயிர் அணுத்திரளையும் வைத்துப் பார்த்தால், ஆணின் உயிர் அணுத்திரள்கள் ஒளியுடன் இருப்பதைப் பார்க்கலாம். பெண்ணின் உயிர் அணுத்திரள் ஒளியின்றி கருமை நிறத்துடன் இருப்பதைப் பார்க்கலாம்.

இதனால்தான் ஆணை உயிர் என்றும் பெண்ணை உடல் என்றும் குறிப்பிடுகின்றனர்.

இயற்கையில் உயிர் தாமே ஒன்றிவிடுகிறது என்று பலர் சொல்கிறார்கள். இது தவறு.

தனிப்பட்ட ஒருவர் இறைவனுடன் ஒன்றிவிடுவது யோகம் அல்ல. அப்படி ஒன்றிவிடவும் முடியாது.

அவன் அருளாலே அவன்தாள் வணங்குதல்தான் ஞானயோகம்.

இறைவனுடைய அருள் இல்லாமல், பிராணாயாமம் போன்ற பயிற்சிகளால் இறைவனுடன் ஒன்றிவிட முடியாது.

ஆசனம், பிராணாயாமம், பிரத்யாகாரம் என்ற மூன்றும் உடம்பையும், பொறி புலன்களையும், ஒருமுகப்படுத்தி உயர்வைப் பெறுவதற்குத் தயார் செய்கின்ற புற உறுப்புகளே ஆகும்.

தாரணை, தியானம், சமாதி என்ற மூன்றும் மனதைத் தூய்மைப்படுத்திக் காண்பதற்கு, அரியவற்றைக் கண்டு கொள்வதற்கு உயிரைத் தயார்ப்படுத்தும் அக உறுப்புகளாகும்.

ஹட யோகத்தின் மூலமாக இறைவனை அடைய முடியாது.

ஞான யோகத்தின் மூலமாகவே இறை அனுபவத்தைப் பெற முடியும்.

இறைவனுடைய கருணை இதற்கு அடிப்படையாகும்.

''அருள் அலாது அணுவும் அசைந்திடாது'' என்பார்கள்.

“ஒருவர் யோகப் பயிற்சியின் மூலமாக இறைவனுடன் இரண்டறக் கலந்து விடுகிறார்” என்பது உண்மை அனுபவம் பெறாதவர்களின் கற்பனையாகும்.

ஓர் உயிர் மற்ற உயிரிடம் காட்டும் இரக்கமே இறைவனைக் கண்டு பேரின்பமடைவதற்கு உரிய வழியாகும்.

இயற்கை என்பது உயிரை அடிமைப்படுத்துகிற பாசம் என்று சொல்கிறார்கள். அதுவும் அனுபவம் இல்லாதவர்களின் கற்பனையே ஆகும்.

இயற்கை தரும் விளக்கத்தின் அடிப்படையில்தான் உயிர் தன்னைத்தானே அறிந்து கொள்கிறது. இறைவனையும் அறிந்து கொள்கிறது.

இதைத்தான் தன்னை அறிவது வேதாந்தம் என்று ஆரம்பத்திலேயே எடுத்துக்காட்டி இருக்கிறோம்.

பது, பசு, பாசம் எனப் பகர் மூன்றில்
பதியினைப் போல் பதி, பாசம் அனாதி

என்று சொல்கிறது திருமந்திரம்.

பதி என்பது கடவுள், பசு என்பது உயிர், பாசம் என்பது இயற்கை உலகம்.

இயற்கையாகிய உலகத்தின் துணையினால் உயிர் இறைவனை அறிந்து அனுபவிக்க முடிகிறது.

இதை தடை என்றும் தளை என்றும் உயிரை அடிமைப்படுத்துகிற அறியாமை இருள் என்றும் சொல்வது தவறாகும்.

உலகம், உயிர், கடவுள் என்ற மூன்றும் என்றும் அழியாதவை, நிலையாக இருப்பவை.

இந்த மூன்றுக்கும் உள்ள தொடர்பைத்தான் பரிணாமத்தின் அடிப்படையாகக் கொள்ள வேண்டும்.

இயற்கை ஆற்றலின் பின்னணியில் உயிர் அடைகிற பதிவுகள் அதாவது நினைவுகள்தான் விடுதலையாகவும், நிலையான பெருவாழ்வாகவும் அமைகின்றன.

இயற்கையும் உயிரும் ஒன்று சேருகிறபோதுதான் எல்லா சக்திகளும் வெளிப்படுகின்றன.

இறைவன் அருளுகின்ற பேரின்பப் பெருவாழ்வும் உயிருக்குக் கிடைக்கிறது.



24. தஸ்ய ஹேதுர் அவித்யா

உயிர் இறைவனுடன் கூடுகிறது என்று சொல்வது அறியாமையின் விளைவுதான்.

உயிருக்குள் இறைவன் இல்லை என்றால் உயிரால் இயங்க முடியாது.

அதனால்தான் உயிருக்கு உயிராக இருப்பவன் இறைவன் என்று சொல்கிறோம்.

பொதுவாக உலகத்தில் உள்ள எல்லாவற்றுக்கும் இறைவன், உயிர், மனம், உலகப் பொருளாகிய உடம்பு என்ற நான்கும் இருக்க வேண்டும்.

இறைவன் உயிரை இயக்குகிறான். உயிர் மனதை இயக்குகிறது. மனம் உடம்பை இயக்குகிறது.

எனவே உயிர் இறைவனுட்ன் கூடுகிறது என்பது இறை அனுபவம் இல்லாதவர்களின் கற்பனையாகும்.

உயிர் சென்று இறைவனை அடைகிறது என்பதைக் கேட்டு பதஞ்சலி முனிவர் கேலி செய்கிறார், சிரிக்கிறார். இந்த அறியாமையை ஒதுக்கித் தள்ளுகிறார்.

'ஐந்து புலன்களையும் அடக்கு அடக்கு' என்று சொல்வதை திருமூலர் கேலி செய்து ஒதுக்குவதும் இதே கருத்தினால்தான்.

“ஐந்து புலன்களையும் அடக்கிவிட்டால், உடல் உணர்வில்லாமல் சவம் ஆக வேண்டியதுதான்” என்கிறார் திருமூலர்.

ஐந்து புலன்களையும் ஒருமுகப்படுத்துவதுதான் அட்டாங்க யோகத்தின் ஐந்தாவது அங்கமாகிய பிரத்யாகாரம் ஆகும்.

இதையே –

ஐந்தும் அடக்கு அடக்கு என்பர் அறிவிலார்
ஐந்தும் அடக்கும் அமரரும் அங்கு இலை
ஐந்தும் அடக்கின் அசேதனமாம் என்ற இட்டு
ஐந்தும் அடக்கா அறிவி அறிந்தேனே

என்று சொல்கிறார் திருமூலர்.

இறை அனுபவம் இல்லாதவர்கள் ஐந்து புலன்களையும் அடக்கினால்தான் இறை அனுபவம் பெற முடியும் என்கிறார்கள்.

மாமனிதர்களில்கூட ஐந்து புலன்களையும் அடக்கியவர்கள் இல்லை.

ஐந்து புலன்களையும் ஒருமுகப்படுத்துவதன் மூலமாகவே மனிதர் மாமனிதர் ஆகிறார்.

ஐந்து புலன்களையும் அடக்கிவிட்டால் சவமாக நேரும் என்பதை உணர்ந்தேன். அதனால் ஐந்து புலன்களையும் ஒருமுகப்படுத்தி எல்லாவற்றையும் அறிந்து அனுபவிக்கும் சர்வசாட்சி நிலையை நான் பெற்றிருக்கிறேன்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் செய்யுளின் பொருள்.

இயற்கையுடன் உயிர் சேர்வது அதற்கு உதவியாகிறது. அதன் எண்ணங்கள் எல்லாம் வெள்ளைத் தாளில் கருப்பு மையினால் எழுதுவது போல நினைவு ஆற்றல் வளர்கிறது.

எனவே இயற்கை, உயிருக்கும் இறைவனுக்கும் இடையில் தடையாக இல்லை. உதவி செய்து கொண்டு இருப்பதைப்பற்றி 23 வது சூத்திரம் சொல்கிறது.

இந்த சூத்திரத்தில் இயற்கையும் உயிரும் கூடுவது அறியாமையால் சொல்லும் கூற்று என்று சொல்கிறது.

இதில் ஏதோ குழப்பம் இருப்பது போன்ற உணர்வு ஏற்படுகிறது.

உண்மையில் இறை அனுபவத்தைப் பெற்றவர்கள் தான் குழப்பம் சிறிதும் இல்லாமல் கடவுள், உயிர், உலகம் என்ற மூன்றுக்கும் உள்ள தொடர்பை புரிந்து கொள்ளவும் முடியும். புரியும்படி மற்றவர்களுக்கு உபதேசிக்கவும் முடியும்.

இறை அனுபவம் இல்லாதவர்கள் இந்த முயற்சியில் ஈடுபட்டால் அவர்கள் வீண் குழப்பத்தைத்தான் அடைவார்கள்.

காரணம் அவர்களுடைய அறியாமைதான்.

தூக்கத்தில் ஒருவன் கனவு காண்கிறான். அந்தக் கனவில் தான் இதுவரை கற்பனை செய்தது எல்லாம் உண்மை அல்ல என்பதை உணர்கிறான்.

அவனையும் அறியாமல் தூக்கத்தில் சிரிக்கிறான். கனவில் சிரிப்பது மட்டுமல்ல, நனவிலும் சிரிக்கிறான். தாம் இதுவரையில் எவ்வளவு அறியாமையில் இருந்திருக்கிறோம் என்பதை எண்ணி வியப்பில் மூழ்குகிறான்.

தான் இப்போது உண்மையை உணர்ந்துவிட்டதால் அவனுக்குத் தெளிவு ஏற்பட்டுவிட்டது.

தான் தெளிந்து கொண்டது மட்டுமல்ல; மற்றவர்களுக்கும் தான் பெற்ற அனுபவத்தை சொல்லி, அவர்களையும் தெளிவு பெறச் செய்யும் ஆற்றலையும் பெறுகிறான்.

இப்படி உண்மையாகவே இறைவனின் அனுபவத்தைப் பெற்றவர்கள் உலக வரலாற்றில் இருந்திருக்கிறார்களா? இருக்கிறார்களா?

இருந்தும் இருக்கிறார்கள். இப்போதும் இருக்கிறார்கள்.

பதஞ்சலி முனிவர் இந்த சூத்திரத்தில் சொல்லியிருப்பதைப் பார்க்கும்போது கௌதம புத்தர் தம்

வாழ்க்கையில் கண்டுபிடித்த புதிய ஆன்மிக அனுபவங்கள் நம் நினைவுக்கு வருகின்றன.

கௌதம் புத்தரின் அனுபவங்கள் யாவை? அவர் கண்ட உண்மைகள் யாவை? அவர் கண்ட உண்மைகள் நான்கு.

1. துன்பம் எப்படி உண்டாகிறது?
2. துன்பம் உண்டாவதற்கு என்ன காரணம்?
3. துன்பத்தை நீக்குவது எப்படி?
4. துன்பங்களைப் போக்குவதற்கான வழி என்ன?

இந்த நான்கு உண்மைகளையும் தம்முடைய ஆன்மிக அனுபவங்களின் மூலமாக உணர்ந்து உலகத்துக்கு அறிவித்தார் புத்தர்.

இதுதான் பௌத்த சமயத்தின் கொள்கையாகும்.

இந்த உண்மையைக் கண்டு பிடிப்பதற்கு புத்தர் பல ஆண்டுகள் தன் உடலை வருத்திக் கொண்டார்.

பல மாகான்களைச் சந்தித்து தம் சந்தேகங்களை நிவர்த்தித்துக் கொள்ள முயன்றார்.

பல நாள் முயன்று நான்கு உண்மைகளைப் புத்தர் கண்டு கொள்கிறார்.

ஒரு சிலரின் பேராசையினால் பலர் வறுமையினால் வாடுகிறார்கள், துன்பம் அடைகிறார்கள்.

இந்தத் துன்பமும் வறுமையும் சேர்ந்து மனிதனுக்கு நோய் ஏற்படுகிறது.

நோயின் கொடுமையால் மனிதன் முதுமையை விரைவில் பெறுகிறான்.

முதுமையின் துன்பத்தால் மரணம் அடைகிறான்.

இவற்றைப் போக்குவதற்கு ஆசையைப் போக்க வேண்டும்.

இதற்கு ஒரே வழி உயிர்க்குலத்திற்குப் பணிபுரிதல்தான்.

புத்தருடைய இந்தப் போதனை பல சான்றோர் களிடமும் தோன்றியவை தான் என்றாலும், ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு வகையில் அதை அறிந்து செயல்படுத்துவதற்கு முயன்று இருக்கிறார்கள்.

முடிவு ஒன்றாக இருந்தாலும் அவற்றை வாழ்க்கையில் மேற்கொள்வதற்கு உரிய முறைகள்தான் வேறுபடுகின்றன.

இறை அனுபவம் ஒன்றே. அதை அடைவதற்கு உரிய வழிகள் பல.

இது ஒரே கடலை நோக்கி பல நதிகள் அதில் சென்று கலப்பது போன்றதே.





25. ததபாவாத் சம்யோக வாலோ ஹாநம் தத்ருசே: கைவல்யம் ||

நம்மை நாமே அறிந்துகொள்கிற நிலை தெரியாதபோது அதைத் தெரிந்து கொள்வதற்கு முயற்சி செய்கிறோம்.

நம்முடைய தத்துவங்களுடன் இணைந்து நின்று இறைவனிடம் இருந்து நம்மைப் பிரிப்பது எது என்று பார்க்கிறோம்.

இப்படிப் பார்க்கும்போது, பார்க்கிறவரிடமே இறைவன் இருந்து அவரை இயக்குகிறார் என்ற உண்மையைப் புரிந்து கொள்கிறோம்.

இதனால் தம்முள்ளேயே இறைவன் இருக்கிறான் என்பதைப் புரிந்து கொள்கிறது உயிர். அப்படிப் புரிந்துகொண்டவுடன் கைவல்யம் என்ற சுதந்தர உணர்வை உயிர் பெறுகிறது.

அறியாமையினால் இந்த உலகத்தின் மீது நமக்கு இருந்த மோகம், உண்மை அறிவு பெற்றவுடனே விலகிவிடுகிறது.

அப்போது உயிர் தன்னுடைய சொந்த உண்மையான நிலையில் இருந்து அமைதி அடைகிறது.

உயிர் இயற்கையில் பரிபூரணமான அமைதி நிலையில்தான் இருக்கிறது. அளவு, நினைவு, சந்தேகம், பிரிவு,

தூக்கம் என்ற ஐந்து வலகயான மன அலைகளால் உயிரின் அமைதி குலைந்துவிடுகிறது.

அவற்றிலிருந்து விடுபட்டு உயிர் தன்னுடைய இயற்கை நிலையான இன்பத்தில் இருப்பதுதான் சமாதி.

இந்த இன்பத்தைக் கொடுப்பதுதான் கைவல்யம் என்கிற சுதந்திர உணர்வு.

சுதந்திர உணர்வைப் பற்றிப் படித்துத் தெரிந்து கொள்வது மட்டும் போதாது.

நம்முடைய செயலிலும், அனுபவத்திலும் சுதந்தர உணர்வைப் போதுமான அளவு பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

இதைத்தான், "உள்ளத்தால் பொய்யாது ஒழுகுவது – நடந்துகொள்வது" என்று ஞானயோகிகள் சொல்லுகிறார்கள்.

இவ்வாறு நடந்து கொண்டால் எல்லா உயிர்களிடத்திலும் விளங்குகின்ற இறைவனுடன் இணைந்து நின்று நிலைபெறலாம்.

நம் வாழ்க்கையில் பிரச்சனைகள் எழுகின்றபோதும், வெற்றி தோல்விகளை அடைகின்றபோதும், நிலையான சுதந்தர உணர்வை செயல்முறையில் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இயற்கையில் உயிர் இன்பத்துடன் இருப்பதைத் தெரிந்து கொள்ளாததால் நான் எந்த அளவு இருட்டில் இருக்கிறேன்.

வெளிச்சத்தில் இருப்பவர் யார்?

இன்பம் அடைபவர் யார்?

துன்பம் அடைபவர் யார்?

இத்தகைய கேள்விகளைத் தொடர்ந்து கேட்டுக் கொண்டே இருந்தால் உண்மையான தியானம் என்ன என்பதையும் –

சுதந்திர உணர்வு என்கிற கைவல்யம் என்ன என்பதையும் –

நம்மால் புரிந்து கொள்ளமுடியும்.

இதை உணர்த்துவதற்காகத்தான், "இருந்தறியேன். இருந்தவரை ஏத்திடவும் அறியேன்" என்று வள்ளலார் அனுபவித்து அனுபவித்துப் பாடுகிறார்.

நிகழ்ச்சிகள் பலவகையாக இருந்தாலும் அவற்றை அறிந்து அனுபவிக்கும் முறை மட்டும் ஒன்றுதான்.

இதை உபாய ஞானம், உண்மை ஞானம், அனுபவ ஞானம் என்ற மூன்று படிகளில் ஏறி முழுமையான ஞானத்தை உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

உபாய ஞானம் என்பது படிப்பதின் மூலமாகவும், கேட்பதின் மூலமாகவும் அடைகின்ற ஞானமாகும்.

இவற்றை காட்சி ஞானம் என்றும் கேள்வி ஞானம் என்றும் பகுத்து உணரலாம்.

கண்ணால் பார்க்கின்ற பொருளை அதைப்பற்றி கேட்பதின் மூலமாகவும் விளங்கிக் கொள்ள வேண்டி இருக்கும்.

இதைத்தான், "கண்ணிலும், செவியிலும், தெண்ணிதின் உணர்தல்" என்று சொல்வார்கள்.

இது பலவற்றையும் சேர்த்து அறியும் தொகுத்து அறிகிற அறிவாகும்.

இதைக்கொண்டு ஒரு கொள்கையை வகுத்துக் கொள்கிறோம். இதைத் தான் கொள்கை ஞானம் அதாவது உண்மை ஞானம் என்பார்கள்.

இந்த இரண்டு ஞானப்படிகளையும் கடந்து அனுபவத்தில் எதையும் அறிந்து கொள்வதுதான் அனுபவஞானம்.

வேதாந்திரகள் இதை, "நான்தான் எல்லாவற்றுக்கும் சாட்சியாக இருக்கிறேன்" என்று சொல்கிறார்கள்.

இதையே நான்கு மகா வாக்கியங்களாகவும் விரித்துக் கூறுவார்கள்.

'அகம் பிரம்ம ஆத்மி' என்பது, 'நானே கடவுள்' என்று சொல்வதாகும்.

இதன் உண்மை பொருள் என்ன?

'என் உயிரில், உயிருக்கு உயிராக இருக்கும் இறைவன் இருக்கிறார்' என்பதுதான்.

"தத்வமசி" இதை தத்–துவம்–அசி என்று பிரிக்க வேண்டும்.

'இறைவன் நீயாகவே இருக்கிறாய்' என்பது இதன் பொருள்.

"ப்ரக்ஞானம் பிரம்மம்" இதன் பொருள் 'அறிவே இறைவன்' என்பது.

"ப்ரமைவாகம்" 'இறைவனே நான்' என்பது.

இதில் ஒன்றும் அகங்காரம் இல்லை. 'இறைவன் என் உள் இருப்பதால்தான் என்னால் இயங்க முடிகிறது' என்பதுதான் இவற்றின் பொருள்.

முதலில் இந்த உண்மையை 'உபாய ஞானம்' என்ற அளவில் பெற்றிருந்தாலும் போதும்.

அது படிப்படியாக வளர்ந்து நமக்கு அனுபவ ஞானத்தைக் கொடுத்தே தீரும்.

நாம் ஒரு பொருளை இழந்து துன்பப்படுகிறோம். அப்போது துன்பப்படுவது யார்? துன்பம் எப்படி வந்தது, துன்பத்தை எப்படி நீக்குவது?

இவ்வாறு தொடர்ந்து கேள்வி கேட்டுக் கொண்டே வந்தோமானால் துன்பம் மறைந்துவிடும். பிரச்சனைகளும் தீர்ந்துவிடும்.

பிரச்சனைகளைப் பற்றி நாம் ஆராய்ந்து கொண்டு இருக்கும்போது அது ஒரு பொருளாகவே மாறிவிடுகிறது.

அந்தப் பொருளுக்கும் நமக்கும் எந்தத் தொடர்பும் இல்லை என்பதும் புரிந்துவிடுகிறது.

கற்பனையின் மூலமாக அப்படிப்பட்ட ஒரு தொடர்பை ஏற்படுத்திக் கொண்டு இருக்கிறோம் என்பதைப் புரிந்து கொள்கிறோம்.

இதனால் கற்பனையைக் கடந்தது கடவுள்அனுபவம் என்பதை உணர்ந்து கொள்கிறோம்.

நாம் அடைகிற துன்பத்தில்கூட கடவுள் அனுபவம் அதைப் போக்குவதற்குப் பயன்படும்.

ஒருவர் கையில் தீக்காயம் பட்டுவிடுகிறது.

"ஐயோ! நெருப்பில் சுட்டுக்கொண்டேனே!" என்று சொல்வதற்குப் பதிலாக, "நெருப்பு என்னை ஒன்றும் செய்து விடவில்லை. நான் அதைத் தொட்டேன்; அவ்வளவுதான். அதனால் எனக்கு எந்தத் துன்பத்தையும் கொடுத்துவிட முடியவில்லை" என்று சொல்லியும் அது கொடுக்கும் துன்பத்தில் இருந்து மீண்டுவிடலாம்.

"தன் நினைவாற்றால்" என்று இதைப்பற்றி மனஇயல் நிபுணர்களும், மனோவசிய வல்லுநர்களும் சொல்லுகிறார்கள்.

இப்படிப்பட்ட மனோவசியத்தைக் கருவியாகக் கொண்டு எல்லாவகையான நோய்களில் இருந்தும் விடுதலை அடையலாம்.

"நோய் செய்யார் நோய் இன்மை வேண்டுபவர்" என்று இதைப்பற்றி திருவள்ளுவர் தம் அனுபவத்தைச் சொல்லுகிறார்.

மற்றவர்களுக்கு ஒருவர் செய்கிற துன்பம் அவருக்கே துன்பமாகத் தோன்றுகிறது.

"நோய் எல்லாம் நோய் செய்வார் பாலவாம்" என்கிறது திருக்குறள்.

துன்பம் செய்பவர்களுக்கே துன்பம் உண்டாகிறது என்பது இந்தத் திருக்குறள் அடியின் பொருள்.

ஒன்றைப்பற்றி மனத்தின் மூலமாக நினைக்கும் அளவிலேயே துன்பத்தையோ, இன்பத்தையோ ஏற்படுத்திவிட முடியும்.

இதை "நினைக்கத் தனக்கு" என்ற பழமொழி விளக்குகிறது.

துன்பமோ, இன்பமோ தியானத்துக்கு உரிய பொருளாகவே மாறி விடுகிறது.

இந்த முறையில் மனம் ஒன்றைப் பற்றிச் செல்லும் போது அதில் இருந்து மனத்தை வேறு திசையில் திருப்பு வதற்கும் பயன்படுகிறது.

இதற்கு உயிர்கள் இடத்தில் வைக்கும் அன்பு பெரிதும் துணை செய்யக்கூடும்.

"இன்பம் பெருக்கி, இருள் அகற்றி, எஞ்ஞான்றும் துன்பம் தொடர்பு அறுத்து, ஜோதியாய் அன்பு அமைத்து" என்ற மாணிக்கவாசகரின் ஞானயோக அனுபவம் நமக்குத் துணை செய்கிறது. உயிர்களிடம் இன்பம் பெருகும்படி நடந்து கொண்டால் போதும்; துன்பம் தானே மறைந்துவிடும்.

இதற்கு உயிர்களிடம் காட்டும் அன்புதான் கருவியாகிறது.

"அன்பின் நல்லதோர் ஆக்கம் உண்டாகுமோ" என்று உயிர்களிடத்தில் அன்புகாட்ட வேண்டிய அவசியத்தை கம்பர் வலியுறுத்துகிறார்.

ஒருவருக்கு தேள் கொட்டிவிடுகிறது. அவர் வலி தாங்கமுடியாமல் துடியாய்த் துடிக்கிறார்.

தேளின் விஷத்தில் இருந்து அவரை விடுவிப்பதற்கு இலகுவான வழி ஒன்று இருக்கிறது.

உப்புக் கலந்த நீரை தேள் கொட்டியவரின் கண்களில் விட்டாலே போதும். தேளின் விஷம் இறங்கிவிடும்.

இந்தச் செயல் ஒரு நோய்க்கு மருந்து கொடுப்பது போன்ற செயல் அல்ல.

உப்புத் தண்ணீர் கண்ணில் பட்டவுடன் தேள் கொட்டியவர், தேள் கொட்டியதை மறந்து கண்ணில் உப்பு நீர் பட்டதால் ஏற்பட்ட துன்பத்தில் தம் மனத்தைச் செலுத்துகிறார்.

இதனால் தேள் கொட்டியதால் ஏற்பட்ட துன்பத்தை மறந்துவிடுகிறார். தேளின் விஷமும் மறைந்து விடுகிறது.

"மன் மனம் இங்கு உண்டு. வாயுவும் அங்கு உண்டு" என்ற திருமூலரின் திருவாக்கைப் பற்றி இங்கு சிந்திக்க வேண்டும்.

மூச்சினால் மனதை மாற்ற முடியாது. மனதினால்தான் மூச்சை மாற்ற முடியும் என்பது மேலே இருக்கும் திருமந்திர அடியின் பொருள் ஆகும்.

மூச்சைவிட மனம்தான் மிகமிக நுட்பமான பொருள். சூக்குமமான பொருளால்தான் தூலமான பொருளை மாற்ற முடியும்.

ஒருசிறு பிரச்சனையில் நாம் துன்பப்பட்டுக்கொண்டு இருக்கிறோம். அப்போது நம்முடைய தொழிலில் மிகப்பெரிய நஷ்டம் ஏற்பட்டது; அல்லது எதிர்பார்த்ததற்கு மேல் லாபம் ஏற்பட்டது என்ற செய்தி வருகிறது.

இந்தச் செய்தியில் நம்முடைய சிறிய பிரச்சனையினால் ஏற்பட்ட துன்பம் மறைந்து விடுகிறது.

காரணம், அந்த நிலையில் இருந்து மனம் உயர்ந்து விடுவதுதான்.

"மனம்போல வாழ்வு" என்ற பழமொழியின் முழுமையான பொருளும் இதுதான்.

துன்பமும் இன்பமும் ஒன்றுக்கு ஒன்று தொடர்புடையவை.

"துன்பு உளது எனின் அன்றோ சுகம் உளது" என்கிறார் கவியரசர் கம்பர்.

நம் வாழ்க்கையில் ஏற்படும் எந்த அனுபவத்தையும் மனதுடன் தொடர்பு படுத்தித்தான் அனுபவிக்க முடியும்.

நாம் ஒரு பொருளைக் கவனிக்கும்போது நம் மனம் எதிர்பாராமல் வேறு ஒரு பொருளை நாடிச் செல்கிறது.

அதனால் நாம் முதலில் கவனித்த பொருள் நம் மனதில் இருந்து மறைந்து விடுகிறது.

இதைத்தான், "மனிதன் தன் மனம் போல் வாழ்கிறான்" என்கிறார்கள்.

சுவர்க்கமும் நரகமும் மனதினால் ஏற்படும் வேறுபாடுகள்தான்.

நாம் நம் மனதைக் கொண்டே சுவர்க்கத்தையும் நரகமாக்கலாம். நரகத்தையும் சுவர்க்கமாக்கலாம்.

"மன நலம் மன் உயிர்க்கு ஆக்கம்" என்று இதைப் பற்றி திருக்குறள் வலியுறுத்துகிறது.

நம்முடைய சுதந்திரமும், அடிமைத்தனமும் நம் மனதில் இருந்தே தோன்றுகின்றன.

நாம் அடிமையாக இருக்கிறோம் என்று நினைத்தால் அடிமையாகி விடுகிறோம்.

சுதந்திரமாகச் செயல்படுகிறோம் என்று எண்ணினால் சுதந்தரமாக இருப்போம்.

"சாகப்போகிறோம்; சாகப்போகிறோம்" என்று நூற்றுக்கு நூறு நம் மனத்தினால் நினைத்துக்கொண்டு இருந்தோமானால் செத்தே போய்விடுகிறோம்.

"மகிழ்ச்சியுடன் வாழ்ந்துகொண்டு இருக்கிறோம். மகிழ்ச்சியுடன் வாழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறோம்." என்று நூற்றுக்கு நூறு தூய்மையான மனத்துடன் எண்ணி செயல்பட்டோமானால் நாம் மகிழ்ச்சியுடனேயே வாழ்வோம்.

உலகத்துடன் நம்மை இணைப்பது நம்முடைய மனம்தான். மனம் வேலை செய்ய மறுக்கும்போதுதான் மரணம் வருகிறது.

நம்முடைய துன்பங்களில் இருந்து விடுபடுவதற்கு ஒரே ஒருவழிதான் இருக்கிறது. அதுதான் நம் மனம் போன போக்கெல்லாம் போகாமல் மனதை அடக்கி ஆள்வது.

இதைத்தான் திருமூலர் 'மன் மனம்' என்கிறார். மன் மனம் என்பது நிலைக்கச் செய்கிற மனம்.

'மனம்' என்ற சொல்லின் வேர்ச்சொல் ஒரு மொழி 'மன்' செய்கிற மனம்.

மனம் இயற்கையின் அடிப்படையாகவும் இயற்கை செய்கிற தொழிலின் கருவியாகவும் இருக்கிறது.

இயற்கை என்பதைக் குறிப்பிடும் பிரகிருதி என்ற சொல்லும் பிரகாசமான செய்கை என்ற பொருளையே உடையது.

இதனால்தான் இறைவனை 'இயற்கை உண்மை' என்கிறார் வள்ளலார்.

நாம் வேறு நம் மனம் வேறு என்பதை நாம் முதலில் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

வேகமாகப் பொங்கும் நுரையுடன் வெள்ளம் பெருகி ஓடிக் கொண்டிருக்கும் ஆற்றில் ஒருவர் குதித்து நீந்திக் கரையேறுகிறார்.

அவர் கரையேறியதும் அங்கிருந்து சென்றுவிட மாட்டார். அந்த ஆற்றைக் கடப்பதற்குத் தவிக்கும் மற்ற மக்களுக்கும் துணை செய்தே தீருவார்.

இந்த ஆன்மநேய ஒருமைப்பாட்டு உரிமை உணர்ச்சிதான் அவரை மாமனிதராக உயர்த்துகிறது.

சான்றோர்களின் வாழ்க்கை வரலாறு இந்த உண்மையை நமக்குத் தெளிவாக எடுத்துக் காட்டுகிறது.

நாமும் சான்றோராகவே வாழ்வதற்கே பிறந்தோம் என்பதை இதில் இருந்தே தெரிந்துகொள்ளலாம்.

இந்த உலகத்தில் துன்பமே அதிகமாக இருக்கிறது என்பதை அறிந்த சான்றோர்கள் அதைப் போக்குவதற்கே முயல்கின்றனர்.

அரிய அற்புதங்கள் பலவற்றை செய்து அழியாப் புகழுடன் விளங்குகின்றனர்.





26. விவேகக்யா திரவிப்லவா ஹானோபாய: ||

தொடர்ந்து பகுத்தறிவையும் தொகுத்தறிவையும் பயிற்சி செய்வதுதான், அறியாமையை நீக்குவதற்கு உரிய ஒரே வழியாகும்.

விவேகம் என்பது பகுத்து அறிவதுடன் தொகுத்தும் முழுமையாக அறிவது தான்.

இந்தப் பயிற்சியை மேற்கொள்பவர்தான் உண்மையான அறிவராக அதாவது சித்தராக விளங்க முடியும். ஞானயோகியாகவும் இயங்க முடியும்.

ஒவ்வொரு பொருளிலும், சம்பவங்களிலும் நிலையானப் பகுதிகளும் உண்டு; நிலையற்றப் பகுதிகளும் உண்டு.

நிலையற்றப் பகுதிகளை விலக்கிவிட்டு நிலையானப் பகுதிகளைப் புரிந்துகொள்வதுதான் விவேகம்.

இந்த உலகம் முழுவதும் நிலையானப் பகுதிகளையும் நிலையற்றப் பகுதிகளையும் கொண்டு விளங்குவதுதான்.

நிலையானப் பகுதிகள் மட்டும் எப்போதும் மாறாதவை. நிலையற்றப் பகுதிகள் அடிக்கடி மாறிக்கொண்டே இருப்பவை.

இவ்வாறு எப்போதும் மாறிக்கொண்டே இருக்கும் பகுதிகளைத்தான் மாயா என்றும் மாயை என்று சொல்வார்கள்.

'மாயா' என்ற சொல்லை மாய் + ஆ என்று பிரிக்க வேண்டும்.

'மாய்' என்றால் மறைதல் என்று பொருள், 'ஆ' என்றால் தோன்றுதல் என்று அர்த்தம். மாயா அல்லது மாயை என்றால் தோன்றுதல் என்று அர்த்தம். மாயா அல்லது மாயை என்றால் மறைந்தும் தோன்றியும் கொண்டிருக்கும் நிலையில்லாதப் பகுதிகள் என்று பொருள்.

உண்மையான பொருள் எப்போதும் ஒரே தன்மையைக் கொண்டு இருக்கும்.

உண்மையான பொருளைச் சுற்றி, தோன்றித் தோன்றி மறையும் பொருள்களும் சூழந்துகொண்டு இருக்கும்.

ஒரு பொருளைப் பற்றிய சந்தேகம் விலகும் போதுதான் அதனுடைய உண்மையான தன்மையைப் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது.

'மாயை' என்ற சொல்லில் இருக்கும் 'ஐ' என்ற சொல் சந்தேகத்தையும் அதை ஒட்டிய விபரீதத்தையும் குறிப்பிடும் சொல்.

இது மனதில் தோன்றும் 'ஐயம்,' சந்தேகம் என்றும், அதன் விளைவாக உடலில் தோன்றும்போது 'கோழை' என்கிறோம்.

இதைப்பற்றி வள்ளலார் சொல்வதைக் கேளுங்கள்.

ஐயமும் திரிபும் அறுத்து எனது உடம்பினுள்
ஐயமும் நீக்கிய அருட்பெரும் ஜோதி

என்கிறார்.

மனதில் ஏற்படும் சந்தேகங்களினாலும், விபரீதங்களி னாலும்தான் உடம்பில் கோழை உண்டாகிறது. சந்தேகமும் அதை ஒட்டிய விபரீதங்களும் நீங்கியவுடன் உடம்பில் ஏற்பட்ட கோழையும் அதாவது கபமும் நீங்கிவிடுகிறது.

இதற்கு வேண்டிய அளவு சோம்பல் இல்லாமல் எந்தக் காரியத்தையும் விரைவில் செம்மையாகச் செயல்படுத்தி முடிக் வேண்டும்.

விவேகம் என்ற சொல்லில், வி, வேகம் என்ற இரண்டு பகுதிகள் இருக்கின்றன.

'வி' என்ற சொல்லும் 'வேகம்' என்ற சொல்லும் இந்த உண்மையைத் தான் உணர்த்துகின்றன.

'வி' என்ற சொல் அழிவைத் தராமல் செயல்படும் துரித நிலையைக் காட்டுகிறது.

'வேகம்' என்ற சொல் அழிவைத் தரக்கூடிய சூட்டை, வெப்பத்தைக் காட்டுகிறது.

'விவேகம்' என்ற சொல் அழிவை உண்டாக்காத தூய்மையான ஆக்கம் தரும் சூட்டை அசுத்தமான உஷ்ணத்தைக் குறிப்பிடுகிறது.

இந்த உண்மையைத்தான் மாணிக்கவாசகர், "வேகம் கெடுத்து ஆண்டவேந்தன் அடி வெல்க!" என்று தம் அனுபவத்தைப் பாடிப் பரவி இருக்கிறார்.

"வேந்தன்" என்ற சொல் இறைவனைக் குறிப்பிடும் சொல்லாகும்.

அழிவை நீக்கி ஆக்கத்தைக் கொடுப்பதுதான் விவேகம்.

விவேகத்தை பெறுவதற்கு முயல்கின்ற ஒவ்வொருவரும் நாள்தோறும் உயர்ந்த நிலைக்குச் சென்று கொண்டிருக்கிறார்கள். முன்பு இருந்ததைவிட அறிவில் தெளிவு பெற்றுக் கொண்டு உயர்கிறார்கள்.

ஒவ்வொரு கணமும் ஒவ்வொருவரும் தங்கள் அறிவு வளர்ச்சியில் வேறுபடுகிறார்கள்.

நிலையற்றதை நீக்கிவிட்டு நிலையான பொருளை நோக்கி முன்னேறுகிறார்கள்.

நிலையான பொருளைப் பற்றிய தெளிவு ஏற்பட ஏற்பட ஒவ்வொருவரும் அவர் அவர்களுடைய வாழ்க்கை ஒரு குறிப்பிட்ட குறிக்கோளுக்கு ஏற்ப உருவத்தை வடிவத்தைப் பெறத் தொடங்குகிறது.

இதைத்தான் 'அறிவு வடிவு' என்கிறார் திருமூலர்.

ஒவ்வொரு கணமும் விவேகத்தை நாடிச் செல்பவரின் உடலில் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டுக் கொண்டே இருக்கின்றன.

நிலையற்றப் பொருளை உணருகின்ற உயிர் அணுக்கள் அழிந்து கொண்டே இருக்கின்றன.

நிலையானப் பொருளை உணர்கின்ற உயிர் அணுக்கள் செழித்து வளர்ந்து கொண்டே இருக்கின்றன.

யோக சாத்திரப்படி வாழ்க்கை நடத்திக்கொண்டு இருப்பவர்களின் உடல், மகாமகம் என்கின்ற பன்னிரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை முழு மாற்றம் அடைகிறது.

இதைப் பன்னிரண்டு ஆண்டுகளில் ஒருவர் உடம்பில் உள்ள எல்லா உயிர் அணுக்களும் புனர்வாழ்வு பெற்று விடுகிறது என்று சொல்லலாம்.

உப்புக்கும் சர்க்கரைக்கும் உள்ள வேறுபாட்டை, சுண்ணாம்புக்கும் வெண்ணெய்க்கும் உள்ள வேறுபாட்டை புரிந்துகொள்வது மட்டும் பகுத்தறிவு என்று சொல்ல முடியாது.

இது பொதுவாக பொருள்களின் வேறுபாட்டைத் தெரிந்துகொள்ளும் சாதாரண விஷயமாகும்.

உண்மையான பகுத்தறிவு என்பது, பொருளின் இயற்கையான உண்மைத் தன்மை என்ன? அவற்றில் உருவமும் பெயரும் வேறுபடுவது எப்படி? என்பதைப் புரிந்து கொள்வதுதான்.

பொருள்களின் பெயர்களையும், உருவங்களையும் அவற்றின் இயற்கைத் தன்மையில் இருந்து வேறுபடுத்தி அறிந்துகொள்வதும் பகுத்தறிவுதான்.

இந்த அறிவைப் பெற்றவர்களுக்குத் தங்கள் வாழ்க்கையில் ஏமாற்றம் ஏற்படாது. போலி மாயைத் தோற்றத்தில் மயங்கமாட்டார்கள்.

மனம் நிலையாக உறுதியாக சலனமில்லாமல் இருக்கும்.

இவ்வாறு மனம் உறுதியாகவும், நிலையாகவும், சலனமில்லாமல் இருப்பதற்குப் பிரார்த்தனை செய்து வரவேண்டும்.

எப்படிப் பிரார்த்தனை செய்யவேண்டும்?

“போலி வாழ்க்கையில் இருந்து நான் நிலையான உண்மை வாழ்க்கை பெறுவதற்கும், இருட்டில் இருக்கும் நான் வெளிச்சத்துக்கு வருவதற்கும், மரணத்தில் இருந்து நான் மரணமிலாப் பெருவாழ்வு பெறுவதற்கும் இறைவனே எனக்கு அருள்புரிவாயாக!” என்று பிரார்த்தனை செய்யவேண்டும்.

இப்படிப்பட்ட பிரார்த்தனை மூலமாகத்தான் ஒருவர் இறைவனின் அருளைப் பெற முடியும். அருள் இல்லாமல் இந்த உலகில் ஒரு அணுவும் அசையாது.

பிரார்த்தனையின் மூலமாக உலகத்தில் கனவிலும் காண முடியாத பல அற்புதங்கள் நடைபெறுகின்றன.

உலகத்தில் உள்ள பொருள்கள் எப்படி அழிகின்றன?

நீளமான மரத்துண்டு பல பலகைகளாக மாறுகின்றன. மரம் அழிந்து விடுகிறது.

பலகைகள் மேஜையாகவோ, நாற்காலிகளாகவோ மாறுகின்றன. பலகைகள் அழிந்துவிடுகின்றன.

மேஜைகளும் நாற்காலிகளும் காலத்தால் அழிகின்றன. அவை வெறும் எரிபொருளுக்குப் பயன்படுகின்றன. கடைசியில் எல்லாம் சாம்பலாகி விடுகின்றன.

ஒரு பெரிய மரத்துண்டு பல வடிவங்களையும், உருவங்களையும், பெற்று அழிந்துவிட்டாலும், அதற்கு அடிப்படையான பொருள் மரம்தான் என்பதை மறுக்க முடியாது.

இந்த இயற்கை உண்மையை ஒருவர் தெரிந்து கொண்டால், அவர் எந்தப் பொருளையாவது இழந்துவிட்ட போது அதைப் பற்றிக் கவலைப்படமாட்டார்.

தாம் எதையும் இழந்துவிடவில்லை என்ற உணர்வுடனே இருப்பார்.

ஒருவர் பொதுவாக எதையும் திடீர் என்று இழந்து விடுவதில்லை. அதேபோல எதையும் பெற்று விடுவதும் இல்லை.

இந்த பகுத்தறிவு பெற்றவுடன் ஒருவர் எப்போதும் மகிழ்ச்சியுடனே இருப்பார். அவரை துன்பம் அணுக முடியாது.

பதஞ்சலி முனிவர், ஒருவர் எப்படி, படிப்படியாக ஐந்து வகையான சித்த விருத்திகளில் இருந்து விடுபட்டு, தம்முள் நிலையாக நின்று இன்பத்தை அடைகிறார். தம்முடைய இயற்கையான இயல்பில் நிலைபெற்று இருக்கிறார் என்பதைப் பற்றி விளக்கிச் சொல்கிறார்.

இதை ஏழு வகையான நிலைகள் – அறிவின் ஏழு படிகள் என்று ஞானயோகிகள் தங்கள் அனுபவத்தில் இருந்து கூறுகிறார்கள்.

இதைப்பற்றித் தெரிந்து கொள்வதற்கு சப்த கோசங்கள் என்கிற நமது உடம்பின் ஏழு படிகளைப் பற்றிப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

இவற்றுள் அன்னமயகோசம், பிராணமயகோசம், அதாவது உணவு உடம்பு, மூச்சு உடம்பு என்ற இரண்டும் தூல உடம்பில் இருக்கின்றன.

மன உடம்பும், அறிவு உடம்பும் சூக்கும உடலில் இருக்கின்றன.

காரண உடல் என்கிற இன்ப உடலில், இம்மை இன்ப உடல், மறுமை இன்ப உடல், பேரின்ப உடல் என்ற மூன்று உடல்கள் இருக்கின்றன.

இந்த ஏழு உடல்களும் நம்முடைய உடம்பில் ஏழு அடுக்கு மாளிகை போல் அமைந்து இருக்கின்றன.

ஒவ்வொரு உடம்பும் ஒவ்வொருவகையான பூரணத்வம் பெற்ற அறிவு நிலையை குறிக்கிறது.

உணவு உடலை மூச்சு உடல் இயக்குகிறது.

மூச்சு உடலை உணர்வு உடல் இயக்குகிறது.

உணர்வு உடலை அறிவு உடல் இயக்குகிறது.

அறிவு உடலை அதற்கு மேல் இருக்கின்ற இம்மை இன்ப உடல் இயக்குகிறது.

இம்மை இன்ப உடலை அதற்கு மேல் இருக்கும் மறுமை இன்ப உடல் இயக்குகிறது.

மறுமை இன்ப உடலை அதற்குமேல் இருக்கும் பேரின்ப உடல் இயக்குகிறது.

பேரின்ப உடல் எல்லா உடல்களையும் இயக்கும் திருஅருள் வடிவமே ஆகும்.

இவற்றை நினைவு–அளவு–ஐயம்–திரிபு–தூக்கம் என்ற ஐந்து வகையான மன அலைகளில் இருந்து விடுவிக்க முயலவேண்டும்.

இதற்கு நிலையான பொருள் எது? நிலையற்ற பொருள் எது என்பதை விவேகத்தால் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். அதாவது அனுபவ அறிவுப் பயிற்சியை மேற்கொள் வதன் மூலமாகப் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

உயிர் என்பது இயற்கை அல்ல; மனமும் அல்ல; சடப்பொருளும் அல்ல; உயிரை இயக்குகின்ற உயிர்தான் கடவுள். கடவுள் நிலையானவர். மாற்றங்கள் இல்லாதவர்.

இயற்கையில் உள்ள பொருள்கள் மாறுகின்றன. கூட்டுப் பொருள்களை உண்டாக்குகின்றன. அவற்றைப் பிரிக்கின்றன.

கடவுளுக்கும், பிரகிருதி என்ற இயற்கைக்கும் உள்ள வேறுபாட்டை விவேகம் தரும் பயிற்சியினால் அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அப்போது அறியாமை அகலும், கடவுளின் அனுபவத்தைப் பெறலாம்.

கடவுள் நம்முள் இருப்பதையும் உணரலாம்.

கடவுள் எங்கும் நிறைந்தவர். எல்லா சக்தியையும் பெற்றவர். எல்லாவற்றையும் அறிந்தவர்.

இதை எப்படி பயிற்சி செய்து நடைமுறைப்படுத்தி வெற்றி காண்பது என்பதைப்பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் –

சமாதி பாதம், சாதன பாதம், விபூதி பாதம், கைவல்ய பாதம் என்ற நான்கு பாதங்களில் விளக்கிச் சொல்லி இருக்கிறார்.



27. தஸ்ய சப்ததா ப்ராந்தபூமி: ப்ரஞ்ஜா: ||

ஒருவருடைய அறிவு ஏழு படிகளை உடையது.

தன்னைப் பற்றி அறிந்துகொள்ள விரும்புவது முதல்படி.

தன்னைப் பற்றி எப்படி அறிந்துகொள்வது என்பதைப்பற்றி முடிவு செய்வது இரண்டாவது படி.

இப்போது வாழ்ந்துகொண்டு இருக்கும் வாழ்க்கை முறையில் இருந்து தன்னைப் பற்றி அறிந்து கொள்வதற்கு ஏற்ப வாழ்க்கையை மாற்றிக் கொண்டு செயல்படுவது மூன்றாவது படி.

இதுவரை அறிந்துகொண்டு இருப்பதற்கும் மேலே புதிய வாழ்வுக்கு ஏற்ற உண்மைகளை அறிந்துகொள்ளும் அறிவு நாலாவது படி.

இதற்கு ஏற்ற முறையில் செயல்படுவது ஐந்தாவது படி.

இவ்வாறு செயல்படும்போது ஏற்படும் தடைகளை நீக்கி, புதிய வாழ்க்கையில் உறுதியுடன் செயல்படுவது ஆறாவது படி.

தெரிந்துகொள்ள வேண்டியதை பரிபூரணமாகத் தெரிந்துகொள்வதால் ஏற்படும் மனநிறைவு ஏழாவது படி.

ஒரு பொருளுக்கு உரிய எடையை அறிந்துகொள்ள வேண்டுமானால் அதை நிறுத்துப் பார்ப்பதற்கு உரிய தராசு வேண்டும். படிக்கற்களும் வேண்டும்.

தராசின் ஒரு தட்டில் நாம் எடையை அறிந்து கொள்ள வேண்டிய பொருளையும், இன்னொரு தட்டில் எடையைக் காட்டக் கூடிய படிக் கற்களையும் வைக்க வேண்டும்.

தராசின் முள் எந்தப் பக்கமும் சாயாமல் நடுநிலையில் நிற்கும் வரையில் எடையைக் காட்டும் படிக்கற்களை வைத்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

தராசின் முள் நடுநிலையில் எந்தப் பக்கமும் சாயாமல் நிற்கும் போது எடைக் கற்களை மேலும் வைக்காமல் நிறுத்திவிட வேண்டும்.

இப்போது எத்தனை கிலோ எடைக் கற்கள் அந்தத் தட்டில் இருக்கின்றன என்பதைப் பார்த்தோமானால், நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய பொருளின் எடை தெரிந்துவிடும்.

தராசும், எடையைக் காட்டும் படிக்கற்களும் நாம் பயன்படுத்தும் தூலப் பொருள்கள்.

தராசின் முள் எந்தப் பக்கமும் சாயாமல் நடுவில் நேராக நிற்பது, நம்முடைய மனம் எந்தப் பக்கமும் சாயாமல் நடுநிலையில் நிற்கும் நிலையைக் குறிப்பதாகும்.

இது சூக்கும நிலையைக் காட்டும் முதல் படியாகும்.

தெரிந்த தூலப் பொருளைக் கொண்டுதான் தெரியாத சூக்குமப் பொருளைத் தெரிந்து கொள்ள முடியும்.

இந்த முயற்சியில் வெற்றி பெற்றால் நாம் இன்பம் அடைகிறோம். தோற்றால் துன்பம் அடைகிறோம்.

எனவே இன்பமும் துன்பமும் வெளியில் இருந்து வருவதில்லை.

நம்முடைய முயற்சியிலும், அந்த முயற்சியில் ஈடுபட்டுக் கொண்டு இருக்கும்போது நம் உள் ஏற்படும் மனநிலைகளிலும்தான் இன்பமும், துன்பமும் ஏற்படுகின்றன.

அறிவின் மூன்றாவது படி நம்மை நாமே உணர்ந்து கொள்வதுதான்.

வெளியில் இருக்கும் தூலப் பொருள்களின் மூலமாக எல்லாவற்றையும் அறிந்துகொள்ள முயலும்போது, நம்மை நாமே உணர்ந்துகொள்ள முடியாது. அதாவது உயிர் தன்னைத்தானே அறிந்து கொள்ள முடியாது.

காரணம் என்ன?

நம்முடைய அறிவு தூலப் பொருள்களில் இரண்டு நிலைகளிலும், சூக்குமப் பொருள்களில் இரண்டு நிலைகளிலும் அமைந்திருக்கிறது.

இவை உடலையும், மனதையும் பற்றியவை.

இந்த இரண்டையும் கடந்து மேலே செல்லும்போது தான் உயிர் தன்னைத் தானே அறிந்து கொண்டு இன்பம் அடையமுடியும்.

இன்றைய கல்லூரிகளிலும், பல்கலைக் கழகங்களிலும், தொழில் நுட்பப் பயிற்சி நிலையங்களிலும் உயிர் தன்னைத்தானே அறிந்துகொள்வதற்கு வேண்டிய எந்த சாதனமும் கிடையாது.

குருகுல வாசத்தில் ஒரு குருவுக்குப் பணிவிடை செய்து கல்வி அறிவைப் பெற்றுக்கொள்ளும் முறையிலும் –

உபநிஷதத்தை போதித்த ஞான ஆசிரியர்கள் இடத்தில் பயிற்சி பெறுவதிலும் உயிர் தன்னைத்தானே அறிந்து கொள்வது எப்படி என்பதை உணர்த்தும், போதிக்கும், சாதன முறைகள் அதாவது பயிற்சி முறைகள் இருந்தன.

உடம்பும், மனமும் உணர்வற்றவை; உடம்பும் மனமும் உணர்வு பெற்று உயரும்போதுதான் இன்பம் உருவாகிறது.

இந்த இன்ப உடம்பை மூன்று வகை இன்பமாக ஞான யோகிகள் தங்கள் அனுபவத்தில் இருந்து சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

இன்மை இன்பம்,

மறுமை இன்பம்,

பேரின்பம்,

என்ற இந்த மூன்று இன்பங்கள் தான் அவை.

இன்று இருக்கும் கல்விக்கூடங்களிலும், பல்கலைக் கழகங்களிலும், தொழில் நுட்பப் பயிற்சிக் கூடங்களிலும் இந்த இன்பங்களைப் போதிக்கும் வழிமுறைகள் இல்லை.

காரணம் இந்தக் கல்விக்கூடங்கள் நனவுக்கு மேலே செல்லும் ஆற்றல் அற்றவை.

துரியம், துரியா தீதம் என்ற அனுபவங்களைப்பற்றி இப்போது இருக்கும் கல்வி நிலையங்களில் தெரிந்து கொள்வதற்கு வசதி இல்லை.

குருகுலத்தை நடத்தி வந்த ஞான ஆசிரியர்கள் இடத்திலும் –

உபநிஷதங்களை போதித்து வந்து ஆசிரியர்கள் இடத்திலும் இந்த இன்பங்களைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்வதற்கான பயிற்சிமுறைகள் இருந்தன.

இந்த ஞான ஆசிரியர்களுக்கு நாம் அறிந்து இருக்கும் பள்ளிக்கூடம் என்றால் என்ன என்று தெரியாது.

அவர்கள் அரச மரத்தின் அடியிலும், ஆலமரத்தின் அடியிலும், வில்வ மரத்தின் அடியிலும் இதுபோன்ற பல்வேறு மரங்களின் அடியிலும் அமர்ந்திருந்தார்கள்.

இந்த மரங்களின் அடியில் அமர்ந்து பிரபஞ்சத்தின் அமைப்பைக் கூர்ந்து கவனித்து வந்தார்கள். இயற்கை உண்மை எது என்பதைப் பற்றிச் சிந்தித்து வந்தார்கள்.

இதன்மூலமாக அவர்கள் தெரிந்துகொண்ட துரியம், துரியாதீதம் பற்றிய உண்மைகள் இன்றும் வைரம்போல் ஜ்வலித்துக் கொண்டு இருக்கின்றன.

இந்த முனிவர்களின் அனுபவ ஞானத்தில் இருந்து எழுந்த இயற்கை உண்மையின் ரகசியங்கள் உபநிஷதங்களாக இருக்கின்றன.

இவற்றை அந்த முனிவர்கள் வேறு யாரிடம் இருந்தும் கற்றுக் கொள்ளவில்லை.

தமக்குள் இருக்கும் உயிருக்கு உயிரான இறைவனிடம் இருந்தே உணர்ந்து கொண்டார்கள்.

ஒருவர் தம்மைத் தாமே உணர்ந்துகொள்ளும் போது தான் அதாவது தமது உயிருக்கு உயிராக இருந்து உயிரை இயக்கும் இயற்கை உண்மையை உணர்ந்து கொள்ளும் போதுதான் –

அவர்கள் உலகில் உள்ள எல்லாப் பொருள்களின் ரகசியங்களையும் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்வார்கள்.

தாங்கள் புரிந்துகொள்வது மட்டும் அல்ல; தங்கள் அனுபவங்களை மற்றவர்களுக்கும் புரிந்துகொள்ளும்படிச் செய்யும் ஆற்றலையும் பெற்று விளங்குகிறார்கள்.

இந்த அறிவின் ஆற்றலைப் பெறுவதுதான் – தம்மைத் தாமே புரிந்து கொள்வதுதான் – உயிரை இயக்கும் உயிரைப் புரிந்துகொள்வதுதான் மூன்றாவது படி.

இயற்கையையும் அதன் செயல்பாட்டையும் தெரிந்து கொள்வதுதான் நாலாவது படி.

இயற்கையை ப்ரகிருதி என்று சொல்வார்கள்.

ஒளியோடு எதையும் புரிந்துகொண்டு செயல்படுவது தான் ப்ரகிருதி.

ப்ரகிருதி என்ற சொல்லுக்குள்ளேயே ஒளியும், செயலும் என்ற இரண்டும் இணைந்து இருக்கின்றன.

ப்ரகிருதி என்ற சொல்லில் – ப்ரபா – கிரியை என்ற இரண்டு சொற்களின் வேர் சொற்களும் – ஒரு மொழியும் இருக்கின்றன.

எனவே இருட்டில் இருந்து வெளிச்சத்துக்கு வருவதற்கு வழிகாட்டுவது தான் இயற்கை.

இயற்கையின் உண்மையைப் பரிபூரணமாக உணர்ந்து கொள்ளும்போது உலகம் எப்படி அமைந்திருக்கிறது என்பதைப் பற்றிப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

இதை அறிவின் நான்கு எல்லைகள் என்றும் சொல்லலாம்.

இதுதான் பிரபஞ்ச ஞானம்.

இதற்கு மேல் செல்வதற்கு உயிரின் முயற்சியும், இறைவனின் அருளும், கடமையும் தேவைப்படுகின்றன.

இதைப்பற்றியே உண்மையைத் தெரிந்து கொண்டவர்களுக்கு தனிப்பட்ட கடமை என்று ஒன்றும் இல்லை.

"இதைச்செய் அதைச் செய்யாதே" என்று சொல்லும் வேறுபாடும் இல்லை.

இறைவனின் கையில் ஞானயோகி ஒரு கருவியாகவே மாறிவிடுகிறார்.

இப்போது அந்த ஞானயோகிக்கு என்று தனிச்செயல் ஒன்றும் இல்லாதது மட்டும் அல்ல; அவர் இறைவனின் ஆளுகைக்குள் இருந்து செயல்படுகிறார்.

அவர் ஆட்டுவிக்கும்படி யெல்லாம் ஆடிக்கொண்டு இருக்கிறார்.

இப்போதுதான் ஞானயோகிகளுக்கு காரண காரியங்களைக் கடந்த நிலை தொடங்குகிறது.

இந்திரிய ஒழுக்கத்தால் தவயோகமும்

கரண ஒழுக்கத்தால் நவயோகமும்

ஞானயோகிகளுக்குக் கைகூடி செயல்படுகின்றன.

சிவயோகம் என்பதும் அவர்களிடம் தொடங்கி செயல்படுகிறது.

இதைத்தான் கிரியா யோகத்தின் மூன்றாவது பாகம் என்று சொல்வார்கள்.

தவம் புரிதல் – முதல் பாகம்

கற்பன கற்றல் – இரண்டாவது பாகம்

அவற்றின் பயனை இறைவனுக்கு அர்ப்பணம் செய்தல் – மூன்றாவது பாகம். சாதன பாகத்தில் தொடக்க நிலையே இதுதான்.

ஞானயோகிகள் எதைச்செய்ய வேண்டும் எதைச் செய்யக்கூடாது என்ற நிலையை கடந்து நிற்கிறார்கள்.

இறைவனின் கருவிகளாகவே மாறிச் செயல்படு கிறார்கள். எல்லாம் செய்யவல்லவர்களாகவும் விளங்கு கிறார்கள்.

ஒரு ஞானயோகி செய்யும் எந்தச் செயலும் இறைவனின் செயலாகவே மாறிவிடுகிறது.

ஞானயோகி ஏதோ ஒரு செயலைச் செய்வதாகத் தோன்றினாலும் அவர்களே எதையும் செய்வதில்லை.

ஞானயோகியின் மூலமாக இறைவனே செயல்பட்டுக் கொண்டு இருக்கிறார்.

இது சொல்லுக்கும், செயலுக்கும், உணர்வுக்கும், அறிவுக்கும் பொருந்தும்.

இதனால்தான், "நான் உரைக்கும் வார்த்தை எல்லாம் நாயகன் தன் வார்த்தை என்றும் – நான் யார்? எனக்கு என ஒரு ஞான உணர்வு எது? சிவம் ஊன் நாடி நில்லாவிடில்" என்று ஞான யோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

இப்படிப்பட்ட ஞானயோகிகளை கர்த்தா என்று சொல்லக்கூடாது. அகர்த்தா என்றும், விகர்த்தா என்றும் சொல்ல வேண்டும்.

இந்த நிலையில்தான் கர்மம், அகர்மம், விகர்மம் என்ற மூன்றுக்கும் உள்ள வேறுபாட்டை புரிந்து கொள்ள முடியும்.

உலக அனுபவத்தை மட்டும் கொண்டவர்களின் செயல் கர்மம்.

உயிர் அனுபவத்தையும் அருள் அனுபவத்தையும் பெற்றவர்கள் செய்யும் செயல்கள் அகர்மம்.

இறைவனே செய்கின்ற செயல்கள் விகர்மம்.

இந்த உண்மையை பல ஞானிகள் தம் அனுபவத்தில் கண்டு இருக்கிறார்கள்.

அப்படிக் கண்டு அனுபவித்த அருளாளர்களில் ஒருவர் சென்ற நூற்றாண்டில் வாழ்ந்த திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார்.

அவர் தம்முடைய இறை அனுபவத்தை அனுபவித்து அனுபவித்துப் பாடுவதைக் கேளுங்கள் :

மன்செய்து கொண்டசன் மார்க்கத்தில் இங்கே
வான்செய்து கொண்டது நான்செய்து கொண்டேன்
முன்செய்து கொண்டதும் இங்ஙனம் கண்டீர்
மூவகை யாம்உடல் ஆதியை நுமது
பொன்செய்து கொண்ட பொதுவினில் ஆடும்
பொன்னடி காணப் பொருந்திக் கொடுத்தேன்
என்செய்து கொண்டாலும் செய்துகொள் கிற்பீர்
எனைப்பள்ளி எழுப்பிமெய் இன்பம் தந்தீரே !

வள்ளலார் தம் வாழ்க்கையில் உயிர்களுக்குப் பணி செய்ததன் மூலமாகப் பெருவாழ்வு பெற்றிருக்கும் பேற்றைப் பற்றி பேசுகிறார்.

உலகம் முழுவதும் பரவி இருக்கும் இறைவன் உணர்வைப் பெறுவது தான் சிறப்பு உண்மை நெறியாகும் – சுத்த சன்மார்க்கமாகும்.

இறைவன் திருவடிக்கு தம் உடல், பொருள், ஆவி மூன்றையும் அர்ப்பணம் செய்துவிடுகிறார் வள்ளலார்.

இதனால் அவருடைய அசுத்த உடல் சுத்த உடலாக மாறியது. மனம் பிரணவதேகமாக மாறியது. உயிர் ஞான தேகமாக மாறியது.

இந்த மூன்றும் முத்திறல் வடிவம் பெற்ற வள்ளல்பிரானை பெருவாழ்வில் நிலையாக இருக்கும்படிச் செய்திருக்கின்றன.

அறிவு ஒளியை – ஞானப்பிரகாசத்தை எனக்கு அளித்து, எல்லாவற்றையும் அறிந்துகொள்ளும் ஆற்றலையும், பேரின்பத்தையும் கொடுத்து அருளி இருக்கிறீர்கள்.

தேவரீர் விரும்பியபடி என்னை எது வேண்டுமானாலும் செய்து கொள்ளலாம்.

என்னைப் பரிபூரணமான சர்வ சாட்சியாக்கி – நிலைத்து வாழும்படி அருள் செய்திருக்கிறீர்கள்.

இந்தப் பேரின்பத்தை எனக்கு அளித்த தேவரீரின் பெருங்கருணைக்கு என்னையே அர்ப்பணிப்பதைத் தவிர வேறு என்ன செய்ய முடியும் என்று சொல்லி, இறைவனிடம் தம்மையே அர்ப்பணம் செய்து கொள்கிறார்.

இந்த நிலைதான் சிவயோக நிலை.

இறைவனுடைய ஆட்சிக்குள் ஒரு ஞானயோகி வந்த பிறகுதான் அவருக்கு இப்படிப்பட்ட சர்வ வல்லமையையும் கொடுக்கின்ற சிவயோக நிலை ஏற்படுகிறது.

இந்த நிலை ஏற்பட்டபிறகு இறைவனால் அருளப்பட்ட பேராற்றலைத் தவறான வழிகளில் பயன்படுத்தவே முடியாது.

இந்த நிலை அடைந்தவர்கள் உயிர்கள் அடையும் அனுபவங்களில் நாலாவது அனுபவமாகிய துரிய நிலையை அடைகிறார்கள்.

இவர்கள் நினைப்பு மறப்பு என்ற தடுமாற்றத்தையும் கடந்தவர்கள்.

இதனால்தான், "நான் மறக்கினும், சொல்லும் நா, நமசிவாயவே" என்று ஞானயோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

துரிய நிலையைக் கடந்து துரிய அதீத நிலைக்குச் செல்வது எப்படி ?

துரியம், துரிய அதீதம் என்ற இரண்டும் உடம்பையும், மனதையும் கடந்தவை.

உயிரை இயக்கிக் கொண்டு இருக்கிற இறைவனைப் பற்றிய செய்திகள் எல்லாம் இன்ப மயமானவை.

இந்த அனுபவத்தையே துரிய அதீதம் அதாவது துரியத்தை – ஆன்மிகத்தில் நாலாவது அனுபவப் படிவைக் கடந்தது.

இதைத்தான் இறை அனுபவம் என்று சொல்லுவார்கள்.

ஆலயத்தின் பலி பீடத்தின் முன்னால் நின்று, 'எல்லாம் தங்களுடையது; தங்களுடைய விருப்பமே நிறைவேறுகிறது' என்று சொல்வது மிக எளிது.

செயலில் மேற் கொள்ளும்போது பேரின்பம் உண்டாகிறது. பரிபூரணமான வாழ்க்கை உருவாகிறது.

இந்த நிலையை அடைவதற்கு நம் மனம், மொழி, மெய் என்ற மூன்றையும் பரிபூரணமாக இறைவனிடம் அர்ப்பணித்து விட வேண்டும்.

அப்போதுதான் உடம்பும் மனமும் செய்கிற தவறுகள் எல்லாம் தீர்ந்துபோகும்.

நினைப்பும் மறப்பும் அற்ற நித்திய நிலை உருவாகும்.

நனவு என்ற மூன்றாவது அனுபவம் நினைப்பும் மறப்பும் நிரம்பியதாகும்.

இதைக் கடந்த நாலாவது துரிய நிலைதான் நினைப்பும் மறப்பும் அற்ற பரிபூரணமான அறிவு நிலை. சின்மய ஆனந்த நிலை இதில்தான் கிடைக்கிறது.

நம்முடைய உற்றார் உறவினர் நண்பர் முதலியவர்களுக்கு நாம் செய்ய வேண்டிய கடமைகளும், அவர்கள் மூலமாக நாம் அடைகின்ற உரிமைகளும் மறைந்து விடுகின்றன. எல்லாம் கடவுள் மயமாகி விடுகின்றன.

கடமைகளும் உரிமைகளும் கடவுள் மயமாகி விடுவதால் நமக்கென்று எந்தப் பொறுப்பும் இல்லாத – உயர்ந்த பொறுப்புடன் எல்லாவற்றையும் செயல்படுத்துகின்ற நிலை உருவாகிறது.

இந்த நிலையைப் பரிபூரணமாகப் புரிந்துகொள்ளாத ஒருவர், மற்றவர் கன்னங்களில் தன் கைகளால் 'பளீர், பளீர்' என்று அறைந்து விடுகிறார்.

'இதற்கு நான் பொறுப்பாளி அல்ல. இறைவன் என் மூலமாக உன்னை அறைந்திருக்கிறார்' என்று சொல்ல முடியுமா ?

'என்னுடைய உடம்பையும் மனதையும் சொல்லையும் கூட இறைவனிடம் ஒப்படைத்து விட்டேன். அவரே இவற்றைப் பயன்படுத்துகிறார்' என்று எல்லாரும் சொல்லிவிட முடியுமா ? முடியாது.

கடவுளிடம் பரிபூரணமான நம்பிக்கை உள்ளவர்கள் மட்டுமே இவ்வாறு செயல்பட முடியும். முன்னுக்குப் பின் முரணாகத் 'தான்' என்கிற ஆணவத்துடன் பேசுகிறவர்கள் இவ்வாறு செயல்பட முடியாது.

ஒரு தொழில் செய்பவர், தான் செய்யும் தொழிலில் வெற்றி அடையும்போது, அந்த வெற்றிக்குக் காரணம் என்னுடைய தொழில் நுட்ப அறிவும், திறமையும்தான் காரணம் என்று பெருமிதம் அடைகிறார்.

தொழில் வெற்றி பெற முடியாமல் தோல்வி யடைந்தவர், என் தோல்விக்குக் காரணம் கருணையே இல்லாத கடவுள்தான் என்று சொல்கிறார்.

இது ஆணவத்தினால் ஏற்படும் முன்னுக்குப்பின் முரணான காரியமாகும்.

ஒருவர் கன்னத்தில் 'பளிர் பளீர்' என்று அறைந்து விட்டு, இது கடவுளின் விருப்பம் என்று சொல்வது போன்ற செயல்தான்.

அதே செயலை மற்ற ஒருவரைக் காப்பாற்று வதற்காகச் செய்திருந்தால், அது இறைவனின் கருணை யினால் நடைபெற்ற செயல் என்று மதிப்பிடலாம்.

தொழிலில் லாபம் அடையும்போது தன்னுடைய தொழில் நுட்பத் திறமை என்றும், நஷ்டம் ஏற்படும் போது கடவுளின் கருணையற்ற செயல் என்றும் சொல்வது, கடவுள் நம்பிக்கை உடையவர்கள் சொல்லும் காரியமல்ல.

சந்தர்ப்பத்திற்கு ஏற்ப பேசுவதும், தோன்றியபடி எல்லாம் நடந்து கொள்வதும் கடவுள் நம்பிக்கை உடையவர்களின் செயல்கள் அல்ல.

நாம் ஆணவம் உடையவர்களாக இருந்தால், நாம் செய்கின்ற எல்லா செயல்களிலும் ஆணவமே மேல் ஓங்கி நிற்கும்.

கடவுள் அனுபவத்தில் ஆணவம் தான் ஒரே பெரிய குறைபாடு. அதாவது மாசு என்பதை மறந்துவிடக் கூடாது.

இந்தக் குறைபாடு தீர்ந்தால்தான் உடம்பு, மனம், உயிர் என்ற மூன்றுமே ஒன்றுபட்டு உயரும். துண்டுபட்டு விழ நேராது.

இதைத்தான் 'மாசு அற்ற கொள்கை, மனதில் அடைந்தக்கால் ஈசனைக் காட்டும் உடம்பு' என்கிறார் ஔவை பிராட்டியார்.

உடம்பு மட்டுமாவது இந்த நிலைக்கு உயர்ந்து விட்டால், மனமும் உயிரும் சேர்ந்து அந்த உடம்பை நிலை பெறச் செய்துவிடும்.

இதற்குத்தான் துரிய அதீதம் என்றும், அள் ஊறு ஆக்கை என்றும் ஞான யோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

ஆணவம் நீங்குவதைத்தான் மலபரிபாகம் என்கின்றனர்.

இதன் விளைவுதான் சமரச வாழ்க்கை.

சமரசத்தின் விளைவுதான் சத்தினிபாதம் என்கிற அமுதம் ஊறுகிற உடம்பாகும்.

துரிய அதீத அனுபவத்தின் உச்ச நிலை இதுதான்.

ஒருவர் நம்மை அவமதிக்கிறபோது அவருடைய விருப்பத்துக்கு நாம் நம்மையே முழுவதுமாக அர்ப்பணம் செய்துவிட வேண்டும். அல்லது நம்முடைய விருப்பத்தையே உறுதியுடன் நிறைவேற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

ஆனால் இரண்டையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துக் குழப்பிக் கொள்ளக் கூடாது.

இரண்டில் ஒன்றுதான் இறைவனின் விருப்பமாக இருக்க முடியும்.

அனுபவத்தின் ஐந்தாவது தளம் தூய இன்ப நிலையாகும்.

இதில் அனுபவ மாசு படிவதற்கே இடம் இல்லை.

இந்த நிலையில் செய்கின்ற செயல்கள் எல்லாம் எந்தவிதமான பதிவையும் ஏற்படுத்தாது.

இதுதான் வினையின் பயனை வெல்லுகிற ஒரே வழியாகும்.

எல்லாம் வல்லவன் இறைவன். அவன் திருவடியை – அறிவையும் அனுபவத்தையும் பற்றிக்கொண்ட போது நம்மை எந்தச் செயலும் அசைக்க முடியாது. அழியாத நிலையில் நிலைத்து விடுகிறோம்.

"வான் பற்றி நின்ற மறை" என்று இந்த நிலையைச் சொல்கிறார் திருமூலர்.

''வான் செய்து கொண்டது நான் செய்து கொண்டேன்" என்கிறார் வள்ளல் பெருமான்.

"வான் நிலாது நிற்கவும் வைப்பரே" என்கிறார் திருஞானசம்பந்தர்.

ஆணவ மாசு தீர்ந்த மனதில் எத்தகைய புதிய நினைப்பும் – மறப்பும் தோன்ற முடியாது.

காரணம் அது எல்லாவற்றையும் காணுகிற சர்வ சாட்சியாக – சைதன்யமாக விளங்குவதுதான்.

நம்மிடம் ஏற்கனே இருக்கும் பழைய பதிவுகளால் கூட மன அமைதியைக் கெடுத்து விட முடியாது.

துரிய அதீதத்தைக் கடந்த பிறகு எத்தகைய குறைபாடும், மாசும் ஏற்படுவதற்கு வழி இல்லை.

அகல், எண்ணெய், திரி என்ற மூன்றும் இல்லாமல் சுய ஜோதியாக விளக்கு ஏரிகிற போது, அதில் திரி ஏது? திரியில் சிட்டம் கட்டுவதற்கு இடம் ஏது? கரி சேர்வதற்கு வாய்ப்பு ஏது?

இந்த நிலையைத்தான், 'ஜோதி ஜோதி ஜோதி சுயம்' என்கிறார் வள்ளலார்.

அதாவது உடம்பு, மனம், உயிர் மூன்றும் சூரியன், சந்திரன், அக்னி என்று பிரியாமல் ஒரே ஜோதியாக, சுயஜோதியாக மாறிவிடுகின்றன.

இந்த உன்னதமான நிலைதான் பரிபூரணமான ஜோதி நிலை. ஆறாவது நிலை என்று சொல்கிறார்கள்.

இந்த சூழ்நிலையில் மனம் தன் பழைய தன்மையில் இருந்து பரிபூரணமாக மாறிவிடுகிறது. நித்திய – அழிவற்ற தன்மையை பெற்று உயர்ந்து விடுகிறது.

கிரியா யோகத்தின் மூன்றாவது நிலை இந்தச் சமயத்தில் உருவாகிறது.

அனுபவப் படிகளில் ஏழாவது படியும் இதுதான்.

கிரியா யோகத்தின் முதல் நிலை தவயோக நிலை; ஐந்து புலன்களும் ஐந்து பொறிகளும் ஒன்றுபட்டு உயரும் இந்திரிய ஒழுக்க நிலை.

இதனால் கிடைக்கும் பேறு 'ஏமசித்தி' என்கிற இன்பப்பேறு.

கிரியா யோகத்தில் இரண்டாவது நிலை நவயோக நிலை. இது சிந்தனையால் விளையும் புதுமைகளைக் குறிப்பது. இதனால் கிடைக்கும் பேறு சாகாக் கல்வி.

கிரியா யோகத்தின் மூன்றாவது நிலை; சிவயோக நிலை.

இதனால் ஏற்படுவது மனித ஒழுக்கமும், மாமனித ஒழுக்கமும்.

இவற்றின் விளைவுதான் ஜீவகாருண்ய ஜீவ ஒழுக்கமும், ஆன்ம ஒழுக்கமும் ஆகும்.

இவற்றால் நாம் அடையும் பேறுகள் கடவுள் மனம் ஆவதும், தத்துவங்களைப் பரிபூரணமாக நம்முடைய ஆட்சிக்குள் அடக்கி நிற்கும்படிச் செய்வதும் ஆகும்.

உயிர் தன்னைத் தானே நம்பி நிலையாக நிற்கிற அமைதி நிலையாகும். ஐந்து வகையான இந்த விருத்திகளுக்கு, மன அலைகளுக்கும் இடம் இல்லாத நிலை ஆகும்.

உயிருக்கு உயிராக இறைவனே அதன் உள் இருப்பதால், உயிர் வேறு ஒரு பொருளைத் தேடிச் செல்ல வேண்டிய அவசியமே ஏற்படாது.

அதனால்தான் பஞ்ச சித்த விருத்திகளும், பஞ்ச கிலேசங்களும் மறைந்து போகின்றன.

ஆணவம், அறியாமை, விருப்பு, வெறுப்பு, மரணபயம் என்ற இந்த ஐந்தும்தான் பஞ்ச கிலேசங்கள். ஐந்து வகையான துன்பங்கள்.

இவை ஒழிந்தவுடன் 'இன்பமே எந்நாளும் துன்பமில்லை' என்ற உச்சநிலை உருவாகிறது.

அவ்வப்போது புதிய புதிய அனுபவங்களும் தோன்றுகின்றன.

உள்ளத்தில் ஏற்படுகிற அதிர்ச்சி அலைகள் வரம்பு கடந்து போகிற போது உடம்பும் மனமும் நடுங்கும்படியும் ஏற்படும்.

ஒழுக்கம் திடீர் என்று நின்று அமைதியான இன்பமும் தோன்றலாம்.

இதற்கெல்லாம் காரணம் ஏழாவது ஆன்மிக அனுபவத்தின் உச்ச நிலைக்குச் செல்வதற்கு முன்பு இருக்கும் நாற்பத்து மூன்று பெருவாழ்வுப் படிகளையும் கடந்து செல்ல வேண்டும்.

இந்தப் பேருண்மையைச் சிற்பக் கலையில் வைத்து ஞான யோகிகள் 'ஏழு நிலை நாதம்' என்று காண்பித்திருக் கிறார்கள்.

நாம் தியானத்தில் இருக்கும்போது சில சமயங்களில் நம் உடம்பே அடியோடு மறைந்துவிட்டது போலத் தோன்றும்.

உடம்பில் இருந்து உயிர் பிரிவதைத்தானே மரணம் என்று சொல்கிறோம். அதனால் இந்த உணர்வை பெற்றவுடன் நாம் மரணம் அடைந்து விடுவோமோ என்று நடுங்கத் தொடங்கி விடுகிறோம்.

இதுதான் பஞ்ச கிலேசங்களில் ஒன்றான மரண பயம் ஆகும்.

இந்த மாதிரியான மன அதிர்ச்சி ஏற்படுகிறபோது தியானம் கலைந்து விடுகிறது.

இவ்வாறு ஏற்படும் மன அதிர்ச்சிகளைக் கண்டு பயப்படாமல், மேலே மேலே ஏறுகிற தியான வளர்ச்சியின் அடையாளங்கள் இவை என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

உடம்பைக் கடந்தது மனம். மனதைக் கடந்தது உயிர். உயிர் அடைகிற இன்பம் உடம்புக்கும் மனதுக்கும் எட்டாதது என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இதுதான் பரிபூரணமான சமாதி நிலை.

இதை வித்து இல்லாத சமாதி என்பார்கள்.

ஞான யோக மார்க்கத்தின் பல நிலைகளைப் பற்றி இதுவரை பார்த்தோம்.

இவை ஞானயோக மார்க்கத்தில் பல அனுபவ நிலைகளைக் கொண்டு இருக்கின்றன.

ஞானயோக அனுபவம் ஒரு சங்கிலியைப் போன்றது.

அந்த சங்கிலி பல ஞானயோக அனுபவக் கரணைகளால் உருவாக்கப்பட்டு இருக்கிறது.

இந்த ஞானயோக அனுபவச் சங்கிலியின் முதல் நிலையை அதாவது முதல் கரணையைக் கடந்து அடுத்த கருணைக்கு யோகி செல்கிறார்.

அப்போது அவர் ஞானயோக அனுபவத்தின் முதல் கரணைக்கும் அடுத்த கரணைக்கும் உள்ள தொடர்பைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

சிறுசிறு கரணைகளைக் கொண்ட சங்கிலியைப் போல, சிறு சிறு புதிய புதிய ஞானயோக அனுபவங்களைக் கொண்டதாக அந்தத் தொடர்பு அமைந்து இருக்கிறது.

இந்த ஞான யோக அனுபவத் தொடர்பை முழுமையாக அடைந்து அனுபவிக்க முடியாமல் இடை இடையே ஆணவம், அறியாமை, விருப்பு, வெறுப்பு, மரணபயம் என்ற பஞ்ச கிலேசங்களின் முடிவில் இருக்கும் 'மரண பயம்' தோன்றுகிறது.

அது, யோகி அதுவரையில் பெற்று இருக்கும் சமாதி நிலையைக் கலைத்து விடுகிறது.

இதற்குச் சிறிதும் இடம் தராமல் யோகி முன்னேற வேண்டும். இதுதான் ஞானயோகப் படிகளில் யோகி முன்னேறும் முறையாகும். பல கரணைகளைக் கொண்ட ஞானயோக அனுபவச் சங்கிலியின் தொடர்ச்சி விடுபடாமல் இருப்பதும் ஆகும்.

சமாதி நிலை சிதையாமல் இருந்தால்தான் இந்தத் தொடர்ச்சியும் முன்னேற்றமும் கைகூடும்.

இதற்குப் பயம் சிறிதும் இல்லாமல் இருக்கும் மன உறுதி வேண்டும். தைரியம் வேண்டும்.

யோக அனுபவச் சங்கிலியில் இருக்கும் முதல் கரணைதான் யோகிக்கு முதலில் கிடைக்கும் ஞானயோக அனுபவம் ஆகும்.

அந்த அனுபவம்தான் உடம்பினாலும் மனதினாலும் அடைய முடியாத ஞான யோகத்தின் முதல் அனுபவம்.

அந்த அனுபவத்தை யோகி பெற்று தொடர்ந்து முன்னேறுவதற்கு எவ்வித இடையூறும் இல்லாமல் இருக்க வேண்டும். யோக சாதனை செய்யும்போது யோகிக்கு ஏதாவது இடையூறு ஏற்பட்டால் அவருடைய சமாதி கலைந்து விடும். மரணமே ஏற்பட்டு விடும்.

இதைப்பற்றி திருமூலர் சொல்வதைக் கேளுங்கள்.

ஞானயோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டு இருக்கும் ஒருவர் ஞானயோகத்தின் மூலமாக அடையக்கூடிய ஆன்ம ஒளியைத் தேடி ஓடிக்கொண்டிருக்கிறார்.

தம் வாழ்நாள் முழுவதும் அந்த ஒளியைத்தேடி ஓடுகிறார்; ஓடுகிறார்; ஓடிக்கொண்டே இருக்கிறார்.

இப்படி ஓடுபவர்களில் பலர் ஆன்ம ஒளியைப் பார்த்து அதன் அனுபவத்தைப் பெறுவதற்கு முன்பே இறந்து விடுகிறார்கள்.

ஏன் அவர்கள் இறந்துவிடும்படி ஏற்படுகிறது ?

சுத்த சமாதி நிலையில் யோகி தொடர்ந்து நிலை பெற்று இருக்க முடியாமல் செய்துவிடுவது மரண பயம்தான்.

மரண பயம் ஏற்பட்டவுடனே அவர் வாழ்நாள் முழுவதும் செய்த ஞானயோகப் பயிற்சியில் வெற்றிபெற முடியாமல் மரணத்துக்கே ஆளாகி விடுகிறார்.

சமாதி – தனிச்சமாதி, பொதுச் சமாதி, சிறப்புச் சமாதி (சுத்த சமாதி) என்று மூன்று வகைப்படும்.

தனிச்சமாதி எனப்படுவது ஒருவருக்கு ஏற்படும் விபத்தில் இருந்து அவர் தப்பித்துக் கொள்வதற்காகச் செய்யும் செயலாகும்.

பொதுச் சமாதி என்பது பல நூறு மக்கள் ஒரு தலைவனின் கட்டளையை நிறைவேற்றுவதற்காக ஒன்றுபட்டு செயல்படுவதாகும்.

சிறப்புச் சமாதி – அதாவது சுத்த சமாதி என்பது மரண பயத்தையும், மரணத்தையும் வெல்வதற்காக ஞானயோகிகள் செய்து முடிக்கும் சாதனையாகும்.

இப்படிப்பட்ட பல்வேறு சமாதிப் பயிற்சிகளில் இடையூறு ஏற்படுவதால் நாள்தோறும் கோடிக் கணக்கான மக்கள் மடிந்துகொண்டு இருக்கிறார்கள்.

காரணம் அவர்கள் தேடிக்கொண்டு இருக்கும் இறை ஒளி அவர், அவர் உடம்பின் சிர நடுவில் இருக்கிறது என்பதைத் தெரிந்து கொண்டு – அதைப் பார்ப்பதற்கு முறையாகப் பயிற்சி செய்யாமல் இருப்பதுதான்.

எட்டாயிரம் ஆண்டுகள் ஞானயோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டு வந்தாலும் எல்லாரும் தம் உள் இருக்கும் இறைவனாகிய ஒளியைக் காண முடியாது என்று திருமூலர் சொல்லுகிறார்.

திருமூலர் ஏன் இப்படி சொல்லுகிறார்?

யோக அனுபவம் வெளியிலிருந்து கிடைப்பதாகவே பொதுவாக எல்லாரும் எண்ணுகிறார்கள்.

அதற்காகப் பல யோக நூல்களைப் படிக்கிறார்கள். வேதங்களையும் உபநிஷதங்களையும் மனப்பாடம் செய்கிறார்கள்.

தலயாத்திரை மேற்கொள்கிறார்கள். யோகிகள் வழிபட்ட கோயில்களுக்குச் செல்கிறார்கள். தவ சிரேஷ்டர்கள் இருக்கும் ஆசிரமங்களுக்கெல்லாம் செல்கிறார்கள்.

இறை ஒளி இருக்கும் இடத்தைத் தெரிந்து கொள்ளாமல் இவ்வாறு உலகம் முழுவதும் சுற்றுகிறார்கள்.

இவை எல்லாம் யோக அனுபவத்தை வெளியில் இருந்தே பெறலாம் என்ற நம்பிக்கையால் நடைபெறும் செயல்களாகும்.

இப்படி ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளை வீணாக்கிக் கொண்டும் இருக்கிறார்கள். இவை எல்லாம் புறத்தில் கிடைக்கும் பலவீனமான ஆன்மிகச் செய்திகளைத் தெரிந்து கொள்வதற்குத்தான் துணை செய்யும்.

உண்மையான ஞானயோகப் பரிணாம ஜீவன் முக்தி அளிக்கக்கூடிய இறை ஒளி நம் உள்ளேயே இருக்கிறது.

அதை நம் உள்ளேயே உற்றுப் பார்த்தால் நிலைக் கண்ணாடியில் நம்முடைய உருவத்தை நாமே பார்த்து அனுபவிப்பது போல–

நம் உள் இருக்கும் ஒளியைப் பார்த்துப் பார்த்து அனுபவித்து இன்பம் அடையலாம்.

இதையே திருமூலர், "உற்று உற்றுப் பார்க்க ஒளிதரும் மந்திரம்" என்று சொல்கிறார்.

எல்லா சமயங்களும் இந்த உண்மையைத்தான் நமக்குப் போதிக்கின்றன.

வெளியில் சென்று நாம் இறை உண்மையைக் கண்டு அனுபவிக்க முடியாது. அவர் அவர் உடம்பின் உள்ளேயே உயிருக்குள் உயிராக இருந்து இயக்கும் இறை ஒளியை உள் முகமாகவே உற்று உற்றுப் பார்க்க வேண்டும். அப்படி உள்முகமாகவே உற்று உற்றுப் பார்த்து, இறை ஒளியின் அனுபவத்தை அறிந்துகொள்வதற்கு முயற்சி செய்ய வேண்டும்.

மற்றவர்கள் போதித்த போதனைகள் ஓரளவு நம்மை நாம் உணர்ந்து கொள்வதற்கு வழிகாட்டும்.

மற்றவர்கள் தாங்கள் அனுபவித்த ஞான யோகப் பரிணாம ஜீவன் முக்தி அனுபவங்களைப் பற்றி எழுதி இருக்கும் நூல்களை அளவு கடந்து படிப்பதனால், நமக்கு தெளிவு ஏற்படுவதற்குப் பதில் குழப்பம்தான் ஏற்படும்.

ஞானயோக நூல்களில் சில நல்ல நூல்களை மட்டும் படிக்க வேண்டும். ஞானயோகப் பயிற்சியில் ஈடுபடுவதற்குச் சிறந்த ஞானயோக அனுபவம் பெற்ற ஞானிகளின் துணையையும் பெற வேண்டும்.

ஞானயோக குருமார்களின் வழிகாட்டுதலைப் பின்பற்றி நம் உள்ளே இருக்கும் இறை ஒளியைப் பார்த்து அனுபவிக்கும் பயிற்சியையும் –

அதன் மூலமாக இன்பம் அடையும் பயிற்சியையும், சிறிதும் பயம் இல்லாமல் தொடர்ந்து செய்து வர வேண்டும்.

'நம் உள் இருக்கும் இறை ஒளியை உள் நோக்கிப் பார்க்க வேண்டும்' என்றால் என்ன அர்த்தம்?

புலன்கள் ஐந்தையும், பொறிகள் ஐந்தையும் ஒருமுகப் படுத்தி உள்நோக்கி இறை ஒளியைப் பார்க்கும் பயிற்சியை அவைகளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும்.

இந்த யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டுக் கொண்டு இருக்கும்போது முதலில் நம் உள்ளேயே நாம் இதுவரையில் அனுபவித்து இராத புனிதமான ஒலியைக் கேட்கலாம். இதைத்தான் 'பரநாதம்' என்று ஞானயோகிகள் சொல்லுகிறார்கள்.

நம்முடைய கண்களாலேயே நம் உள்ளே நாம் இதுவரை பார்க்காத பல அருள் அற்புதக் காட்சிகளையும் காணலாம். இந்தக் காட்சியைத்தான் 'பரவிந்து' என்று சொல்வார்கள்.

நம்முடைய மூக்கால் நாம் இதுவரை அனுபவித்து அறியாத அபூர்வமான தெய்விக மணத்தை நம் உள்ளேயே நாம் அனுபவித்து மகிழலாம்.

இதுவரை கேட்டு மகிழாத இனிய இசையையும் நம்முள்ளேயே கேட்டு இன்புறலாம்.

இதுவரை தொட்டும், சுவைத்தும் அறியாத புதிய அனுபவங்களையும் பெற்று ஆனந்தப்படலாம்.

எல்லாக் கலைகளையும் நம் உள்ளேயே பார்த்துப் பார்த்து வியக்கலாம்.

இப்படிப்பட்ட இனிய காட்சிகளையும், ஒளிகளையும், ஒலிகளையும் மணங்களையும், சுவைகளையும், பரிச உணர்வுகளையும் பெற்று அனுபவிக்கும் புதிய புதிய அனுபவங்களைக் கொடுத்து, பேரின்பத்தில் மூழ்க வைக்கும் ஞானக் களஞ்சியம் நம் உள்ளேயே இருக்கிறது.

இதை விட்டுவிட்டு வெளியில் கோயில்களிலும், கலைச் சங்கங்களிலும், தொல்பொருள் காட்சிச் சாலைகளிலும், பூந்தோட்டங்களிலும், தேர் திருவிழாக்களிலும் சென்று நாம் ஏன் வீண்காலம் போக்க வேண்டும்?

இப்படிப்பட்ட அரிய காட்சிகளைக் கண்டு, கண்டு, அனுபவித்து, அனுபவித்து இன்புறுவதற்கு –

காலையும், மாலையும் சில மணித்துளிகளாவது –

நம் புலன்களையும், பொறிகளையும், மனத்தையும் நம் உள்ளேயே பார்க்கும் பயிறிசியில் ஏன் ஈடுபடுத்தக் கூடாது?

இதைத்தான், "முகத்தில் கண்கொண்டு காணுகின்ற மூடர்காள், அகத்தில் கண்கொண்டு காண்பதே ஆனந்தம்" என்கிறார் திருமூலர்.

காலையிலும், மாலையிலும் சில மணித்துளிகள் உள்நோக்கிப் பார்க்கும் பயிற்சி செய்து வந்தோமானால், அதுவே படிப்படியாக விரிந்து நம்முடைய தினசரி வாழ்க்கை முழுவதும் பரவி நிற்கும். அழியாத இன்பத்தையும் தரும்.

நம் புற உறுப்புகள் வெளியே என்ன வேலையைச் செய்து கொண்டு இருந்தாலும் –

நம்முடைய மனமோ நம்மை, நம் உள்நோக்கிப் பார்த்து, நம்முள் இருக்கும் உள் ஒளியை காணும் பயிற்சியில் நம்மை ஈடுபடுத்திவிடும்.

நம்முடைய புலன்களும் பொறிகளும் என்ன வேலை செய்துகொண்டு இருந்தாலும், மனம் இறைவன் நாமத்தை ஜெபமாக ஜபித்துக்கொண்டு இருக்கும்படி செய்துவிட முடியும்.

இதை நம்முடைய ஞானயோகிகள், ஏன், நம் காலத்தில் வாழ்ந்த மகாத்மா காந்தி அடிகள், வினோபாஜி முதலிய சான்றோர்கள் தங்கள் வாழ்க்கையில் மேற்கொண்டு மகத்தான சாதனைகளைப் புரிந்து இருக்கிறார்கள்.

அவர்கள் செய்த இந்த சாதனையை, முயன்றால் நாமும் செய்து அவர்களைப் போல் வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறவும் முடியும்.

ஞான நூல்கள் நம் ஞானயோகப் பயிற்சிக்கு ஓரளவு துணை செய்யும். ஞானயோகப் பயிற்சியில் முன்னேற ஆரம்பித்தவுடன் அந்த நூல்கள் தேவை இல்லை.

நமக்கு உதவி செய்து நம்மை உயர்த்தக்கூடிய மாமனிதர்கள் நம் உள்ளேயே இருந்து நமக்கு வழிகாட்டுவார்கள்.

மாடியில் ஏறுவதற்கு ஏணி பயன்படுகிறது. மாடியில் ஏறிய பிறகு ஏணி அவசியம் இல்லை.

மாடிக்கு ஏறிய பிறகும், ஏணிக்கு மாலை சூடி, கற்பூர ஆராதனை காட்டி, அதை விழுந்து விழுந்து வணங்க வேண்டிய தேவை இல்லை.

இதுபோன்ற அடையாளங்களான சிறு தெய்வ உருவங்களை, பொது மக்கள் தொடர்ந்து வழிபடுவதில் தம் காலத்தை வீணாக்கி வருகிறார்கள்.

சில பக்திமான்கள் தேவாரம், திருவாசகம், திவ்யபிரபந்தம், வேதங்கள், உபநிஷதங்கள் முதலிய நூல்களை வெல்வெட் துணியில் அழகாக பைண்டு செய்கிறார்கள்.

அவற்றை சந்தனப் பேழையில் வைத்து மலர் சூடி வணங்குகிறார்கள்.

யானை மீது ஏற்றி ஊர்வலமாக எடுத்து வருகிறார்கள்.

ஆனால் அந்த நூல்களில் இருக்கும் வாசகங்களில் ஒரு வரியைக்கூட அவர்கள் படித்து வாழ்க்கையில் மேற்கொள்வது இல்லை.

இப்படிப்பட்ட நூல்கள் எல்லாம் நமக்கு இறை ஒளியை நோக்கி செல்வதற்கு வழிகாட்டும் நூல்கள் என்பதை மறந்து விடுகிறார்கள்.

நம்முடைய புலன்களின் உதவியால் புலன்களைக் கடப்பதுபோல, மனதின் உதவியால் மனதையே கடந்து செல்ல வேண்டும்.

உடம்பையும், மனதையும் கடந்து, இன்ப உடம்புக்குள் நுழைவதுதான் ஞானயோகத்தின் நோக்கம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். நாம் நம்முடைய குறிக்கோளைப் பெற்றவுடனேயே அதற்கு வழிகாட்டி துணைசெய்த பொருள்கள் அனைத்தையும் ஒதுக்கி விடவேண்டும்.

மாடியில் ஏறியவுடன் ஏணியை வழிபாடு செய்து கொண்டு இருந்தோமானால் மாடிக்கு நாம் ஏறிச் சென்ற நோக்கத்தை நிறைவேற்றிக் கொள்ள முடியாது.

இறை அனுபவத்துக்குப் பயன்படும் பொருள்களை எல்லாம் தகுந்த முறையில் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

அவைகளைத் துறந்து மேலே செல்வதற்கு வேண்டிய அருள் அனுபவப் பயிற்சியையும் தொடர்ந்து செய்து வரவேண்டும்.

விமானத்தில் பிரயாணம் செய்கிறோம். நாம் உட்கார்ந்து இருக்கும் இருக்கை மிக இன்பமாக, சுகமாக இருக்கிறது.

விமானம் நாம் செல்ல வேண்டிய இடத்திற்குச் சென்று விடுகிறது. அதன் பிறகும் நாம் விமானத்தில் இருக்கையிலேயே உட்கார்ந்திருக்கும் சுகத்தில் மூழ்கிவிடலாமா ?

விமானத்தில் இருந்து இறங்கி நாம் செல்லவேண்டிய இடத்துக்குச் செல்ல வேண்டியதுதான் முறையாகும்.

நான் ஒரு கூட்டத்துக்குச் சொற்பொழிவு ஆற்றச் செல்கிறேன். அங்கு செல்வதற்கு என்னுடைய பென்ஸ் காரில் பிரயாணம் செய்தேன்.

கூட்டம் நடைபெறும் மண்டபத்தின் எதிரில் கார் நிறுத்துவதற்கு கவர்ச்சியான வசதியான இடம் இருந்தது.

அந்த இடம் என் மனதைக் கவர்ந்தது. அதைப் பார்த்து மகிழ்ந்த வண்ணம் காரிலேயே உட்கார்ந்து கொண்டு இருக்க வேண்டும் போல் தோன்றியது. அந்த இன்பத்தை நான் அனுபவித்துக்கொண்டே இருந்தால் கூட்டத்துக்குப் போக முடியுமா?

காரில் இருந்து இறங்கி கூட்டம் நடைபெறும் மண்டபத்துக்குள் நடந்துதான் செல்ல வேண்டும்.

அப்படிச் சென்றால்தான் கூட்டத்தில் நான் சொற்பொழிவு ஆற்ற முடியும். என் நோக்கத்தையும் நிறைவேற்ற முடியும்.

நான் ஒரு மாணவனுக்கு என் கையெழுத்தைப் போட்டு கீதை புத்தகம் ஒன்றைக் கொடுத்தேன்.

அந்த மாணவன் அந்தப் புத்தகம் பைண்ட் செய்யப் பட்டிருக்கும் அழகில் ஈடுபட்டு மயங்கிவிட்டான்.

அதுமட்டுமல்ல; இந்தப் புத்தகத்தில் சுவாமியின் கை எழுத்து வேறு இருக்கிறது. அதனால் இந்தப் புத்தகத்தைப் பிரித்துப் பயன்படுத்தக் கூடாது என்ற முடிவுக்கு வந்துவிட்டான்.

ஜாக்கிரதையாக வைத்துப் பாதுகாக்க வேண்டும் என்று நினைத்தான். அந்தப் புத்தகத்தை அவனும் படித்து அனுபவிக்கவில்லை. மற்றவர்களும் அந்தப் புத்தகத்தை எடுத்துப் படிப்பதற்கு அவன் அனுமதிக்கவில்லை.

இதனால் நான் கொடுத்த கீதைப் புத்தகத்தை யாருக்கும் பயன்படாமல் வெறும் பூஜைப் பொருளாக அந்த மாணவன் செய்துவிட்டான்.

நான் கொடுத்த கிதைப் புத்தகத்தை பக்கம் பக்கமாகப் படித்து அவன் தன் வாழ்க்கையில் கீதையின் போதனையை கடைபிடித்திருக்க வேண்டும்.

அப்படிச் செய்திருந்தால்தான் நான் கீதைப் புத்தகத்தை அந்த மாணவனுக்குக் கொடுத்ததன் நோக்கம் நிறைவேறும்.

மற்றவர்களுக்கும் அந்த நூலைக் கொடுத்து அவர்களையும் கீதை போதிக்கும் வாழ்க்கை முறையை மேற்கொள்ளும்படி அவனால் செய்திருக்கவும் முடியும்.

எந்தக் காரியத்தையும் நம்பிக்கையுடனும் தைரியத்துடனும் வாழ்க்கையில் மேற்கொள்வதான் யோகம்.

நம் ஞானயோகப் பயிற்சியின் முதல் படியில் ஏறிவிட்டால் போதும்.

அந்தப் படியில் ஏறுவது ஏழாவது மாடிக்கு நம்மைத் தூக்கிச் செல்லும் மின்சார 'லிப்ட்'டில் அடி வைத்த முதல் படியாக அமைந்துவிடும்.

அடுத்த கணம் நம்மை அந்த மின்சார 'லிப்ட்' ஏழாவது மாடிக்குக் கொண்டு சேர்த்துவிடும்.

அதுபோல ஞானயோகப் படிகளில் முதல் படியில் ஏறிவிட வேண்டும். பிறகு ஞானயோகப் பயிற்சியைத் தொடர்ந்து மேற்கொண்டால் போதும். நாம் நம் உள் இருக்கும் இறை ஒளியைக் கண்டு, அதன் அருள் ஆற்றலை பெறும்படி அதுவே செய்துவிடும்.

ஞானயோகத்தின் முதல் படிக்கும் ஏழாவது மாடிக்கும் என்ன தொடர்பு இருக்கிறது?

முதல் படி என்பது என்ன?

முதல் படி என்பது நம் புலன் பொறிகளை நம் உள்ளேயே நோக்கி அவற்றை இயங்கும்படி அவற்றுக்குப் பயிற்சி கொடுப்பது.

இந்தப் பயிற்சியில் பெறும் பரநாதம் முதலிய ஞானயோக அனுபவங்கள் ஒன்று சேர்ந்து நம்மை ஏழாவது மாடிக்குத் தானே மின்சார 'லிப்ட்' போல தூக்கிக்கொண்டு போய் விட்டு விடும்.

ஏழாவது மாடி என்றால் என்ன? அங்கு என்ன கிடைக்கிறது?

நம் உடம்பு ஓர் ஏழு அடுக்கு மாளிகை; அதாவது ஏழு மாடி உள்ள கட்டடம்.

முதல் அடுக்கு; முதல் மாடி – பொறி புலன்களை உடைய உடம்பு.

இரண்டாவது அடுக்கு; இரண்டாவது மாடி – மூச்சு உடம்பு.

மூன்றாவது அடுக்கு; மூன்றாவது மாடி – மன உடம்பு.

நான்காவது அடுக்கு; நாலாவது மாடி – அறிவு உடம்பு.

ஐந்தாவது அடுக்கு; ஐந்தாவது மாடி – உலக இன்ப உடம்பு.

ஆறாவது அடுக்கு; ஆறாவது மாடி – மறுமை இன்ப உடம்பு.

ஏழாவது அடுக்கு; ஏழாவது மாடி – பேரின்ப உடம்பு. அதாவது ஏழாவது மாடி பேரின்பப் பெருவாழ்வைக் கொடுக்கும் ஜோதித் தலமாகும்.

இந்தச் செய்தியை –

மாசு அற்ற கொள்கை மனதில் அடைந்தக்கால்
ஈசனைக் காட்டும் உடம்பு

என்று ஞானக் குறளில் சொல்லுகிறார், தம் அனுபவத்தை ஞானயோகியான ஔவையார்.

தூய்மையான இறை இன்பத்தைப் பற்றிய செய்தி மனதில் நன்கு பதிந்துவிட்டால் போதும்.

இதுவே இறை இன்பத்தை நமக்கு அளித்துவிடும்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் ஞானக் குறளின் அர்த்தம்.

அர்த்தம் உள்ள வாழ்க்கை வாழ விரும்புகிறவர்கள், நம் உடம்பின் உள்ளேயே இறைவன் இருக்கிறான் என்ற உண்மையைப் புரிந்துகொண்டு வாழ்க்கையை நடத்தி வரவேண்டும்.

அப்படி வாழுகின்ற வாழ்க்கைதான் அர்த்தம் உள்ள வாழ்க்கையாகும்.



28. யோக அங்க அனுஷ் நாத சுத்திக்ஷயே ஞான தீப்திரா விவேகக் யாதேः ||

யோக அங்கங்கள் எட்டு. அவற்றைப் பயில்வதால் உடல்–மனம்–உயிர் மூன்றிலும் படிந்திருக்கும் அசுத்தங்கள் நீங்கும்.

விவேகம் உண்டாகும்; ஞானம் பரிபூரணத்வம் பெறும்.

சாதன பாதத்தில் இனிமேல் யோகப் பயிற்சியைப் பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் பல கருத்துகளைச் சொல்லுகிறார்.

யோக அங்கங்கள் எட்டு வகைப்படும் என்கிறார்.

இதனால்தான் யோகத்தை அட்டாங்க யோகம் என்று சொல்லுகிறார்கள்.

இதுவரையில் சாதன பாதத்தில் கிரியா யோகத்தை எடுத்துக் காட்டி யோக தத்துவங்களைப் பற்றி சொல்லி வந்தார்.

இதற்குப் பிறகு சொல்வன எல்லாம் யோகப் பயிற்சியைப் பற்றியவையே ஆகும்.



29. யம், நியம, ஆஸன, பிராணாயாம, ப்ரத்தியாகார, தாரணா, த்யான, ஸமாதயோஸ்ஷ்டாவங்கானி: ||

எட்டு வகையான யோக அங்கங்கள் என்ன?

1. இயமம், 2.. நியமம், 3. ஆசனம், 4. பிராணாயாமம், 5. பிரத்யாஹாரம், 6. தாரணை, 7, தியானம், 8. சமாதி.

இயமம் என்பது யோகப் பயிற்சிக்கு வேண்டாதவற்றை விலக்கிவிடுவது.

நியமம் என்பது யோகப் பயிற்சிக்குத் தேவையான வற்றை வரையறுத்துச் சொல்வது.

ஆசனம் என்பது யோகப் பயிற்சிக்கு உரிய முறையில் அமர்ந்து இருப்பது.

பிராணாயாமம் என்பது மூச்சை நெறிப்படுத்துவது.

பிரத்யாஹாரம் என்பது ஐந்து புலன்களையும் நம் ஆட்சிக்குள் கொண்டு வருவது.

தாரணை என்பது சிந்தனையை ஒருமுகப்படுத்துவது.

தியானம் என்பது உணர்வைத் தூய்மைப்படுத்துவது.

சமாதி என்பது தொடர்ந்து இருக்கும் பேரின்ப நிலையைப் பெறுவது.



30. அஹிம்ஸா ஸத்யாஸ்தேய பிரமசரியா பரிந்தஹா யமா: ||

உயிர்களுக்கு எந்த வகையிலும் துன்பம் செய்யாது வாழ்வது. சத்தியத்துடன் வாழ்வது. திருடாமல் வாழ்வது. பிரமசரியத்துடன் வாழ்வது. பேராசை இல்லாமல் வாழ்வது.

இந்த ஐந்து செயலையும் மேற்கொண்டு வாழ்வது இயமம் ஆகும்.

அஹிம்ஸை என்ற சொல்லுக்கு கொல்லாமை என்று பொருள் சொல்கிறார்கள். இது அந்த சொல்லுக்குரிய முழுப் பொருள் ஆகாது. எந்த உயிருக்கும் துன்பம் செய்யாமல் இருப்பதுதான் அஹிம்சை.

சத்யம் என்பது உண்மையைச் சொல்வது.

ஆஸ்தேயம் என்பது திருடாமல் இருப்பது.

இயமத்தின் இந்த ஐந்து குணங்களும் மிகச் சாதாரணமானவை போலத் தோன்றுகிறது.

உண்மையில் இது இமயம் போல் உயர்ந்த குணங்களாகும். அற்புதங்கள் நிகழ்த்துவதற்கான அடிப்படை குணங்களாகும்.

இந்த ஐந்து குணங்களையும் வாழ்க்கையில் எளிதாக மேற்கொள்ள முடியும் என்று தோன்றும். ஆனால் வாழ்க்கையில் இவற்றைக் கடைப்பிடிப்பது மிகவும் அரிய செயலாகும்.

பிரமசரியம் என்பது இல்லற வாழ்க்கையை மேற்கொள்ளாமல் இருப்பது என்று சொல்வார்கள். சிற்றின்பத்தில் மூழ்கி இறைவனை மறந்துவிடாமல் வாழ்வது என்பதுதான் இதன் முழுப்பொருளாகும்.

பிரம் – ஆசரியம் அதாவது இறைவனையே குருவாகக் கொண்டு வாழ்க்கையை நடத்துவது.

அபக்கிரமம் என்பது இயமத்தின் ஐந்தாவது குணம்.

தேவைக்கு மேல் பொருள்களைச் சேர்த்துக் கொள்ளாமல் இருப்பது. பேராசை இல்லாமல் வாழ்வது என்பது இதன் பொருள்.

இந்த ஐந்து குணங்களும் ஒன்றுக்கு ஒன்று பிரிக்க முடியாமல் இருக்கும் தன்மையை உடையன.

மற்ற உயிர்களுக்குத் துன்பம் செய்தால் சத்தியத்தைக் காப்பாற்ற முடியாது. அதனால் திருடுவதற்கு முயல்வார்கள். பிரம்மசரியத்தை திருட்டுக்குணம் உள்ளவர்களால் மேற்கொள்ள முடியாது.

இந்த நான்கு குணங்களும் உடையவர்களால் தான் தேவைக்கு மேல் பொருளைச் சேர்க்காமலும், வறுமையைப் பரப்பாமலும் வாழமுடியும். வறுமையால் நோயும், நோயால் முதுமையும், முதுமையால் சாவும் ஏற்படுகின்றன.





31. ஏதே ஜாதி தேச கால சமயான வச்சின்னா: ஸாரிவ பௌமா மகாவ்ரகம்: ||

ஜாதி, இடம், காலம், சமயம், சூழ்நிலை என்ற ஐந்தாலும் கட்டுப்படுத்த முடியாத சபதத்துக்கு நியமம் என்று பெயர்.

யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்ட ஒருவர் தன்னுடைய ஜாதியைப் பற்றி எண்ணுவதற்கு இல்லை.

வாழுகின்ற இடத்தைப் பற்றியும், காலத்தைப் பற்றியும், சமயத்தைப் பற்றியும், சூழ்நிலையில் ஏற்படும் கருத்தைப் பற்றியும் சிந்தித்து எடுத்த மகா சபதத்தை மாற்றுவதற்கு இல்லை.

ஜாதியால் இடமும் காலமும் தொடர்பு உடையதாகத் தோன்றும்.

பல ஜாதிகள் சேர்ந்து ஒரு சமயத்தைப் பின்பற்றும் போதும், ஒரு எண்ணத்தை நிறைவேற்றும் போதும் சிறு சிறு தடைகள் ஏற்படலாம்.

அப்படிப்பட்ட தடைகளை எல்லாம் கடந்து உலக அனுபவம், உயிர் அனுபவம், அருள் அனுபவம் என்ற மூன்று அனுபவங்களும் இணைந்து நின்று இறைவனின் அனுபவத்தைப் பெறுவதுதான் யோகத்தின் குறிக்கோள்.

இதுதான் நியமத்தின் குறிக்கோள் ஆகும்.



32. சௌச சந்தோஷதப: ஸ்வாயாயேச்வர ப்ரணிதா தாநி நியமா: ||

நியமத்தை வாழ்க்கையில் மேற்கொள்வதற்கு ஐந்து செயற்பாடுகள் வேண்டும்.

உள்ளும் புறமும் தூய்மையைக் காத்தல், திருப்தியுடன் வாழ்தல், தவம் செய்தல் – துன்பத்தைத் தானே ஏற்றுக் கொண்டு மற்ற உயிர்களுக்கு துன்பம் செய்யாமல் இருத்தல்.

தெய்வீக நூல்களைப் படித்துப் புரிந்துகொள்ளுதல், இறைவனை வழிபாடு செய்துகொண்டு அவனிடம் தன்னையே அர்ப்பணித்து விடுதல்.

இந்த ஐந்து செயல்களும் ஒன்றுக்கு ஒன்று பிரிக்கமுடியாமல் தொடர்புடையவை.

தூய்மை இல்லாதவர்களால் திருப்தியுடன் வாழ முடியாது. தவம் செய்யவும் முடியாது. தெய்வீக நூல்களைக் கற்றுக்கொள்ளவும் முடியாது. இறைவனை வழிபாடு செய்யவும் முடியாது. இறைவனுக்குத் தன்னை அர்ப்பணம் செய்யவும் முடியாது.

இந்த ஐந்து செயல்களில் முதல் செயலைப் பற்றி திருவள்ளுவர்,

புறம்தூய்மை நீரால் அமையும் அகம்தூய்மை
வாய்மையால் காணப் படும்

என்று சொல்கிறார்.

உடம்பை நீராலும் உள்ளத்தை வாய்மையாலும் தூய்மைப்படுத்திக் கொண்ட பிறகுதான் உயிர் எதையும் தடையில்லாமல் செய்து முடிக்கும்.

கிரியா யோகத்தில் தவம் புரிதல், கற்பந் கற்றல், அதன் பயனை இறைவனுக்கு அர்ப்பணித்தல் என்ற மூன்றும் அடங்கும்.

மகாவிரதமாகிய நியமத்தில் தவம்புரிதலை வற்புறுத்திக் கூறுகிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

தவம் இரண்டு அடிப்படைகளை உடையது.

ஒன்று தனக்கு ஏற்படும் துன்பத்தைப் பொறுத்துக் கொள்வது.

மற்றொன்று உயர்களுக்குத் துன்பம் செய்யாமல் இருத்தல்.

இந்த இரண்டைப் பற்றி திருவள்ளுவர்,

உற்றநோய் நோற்றல், உயிர்க்கு உறுகண் செய்யாமை
அற்றே தவத்திற்கு உரு

என்று சொல்கிறார்.

தவத்தின் வடிவத்தை விரித்த பதஞ்சலி முனிவர் சாதனபாதத்தில் சொல்லும் செய்திகளை எல்லாம், மூன்று தவங்களாகவே அறிந்து கொள்ளலாம்.

தவயோகம் என்பது இந்திரிய ஒழுக்கம்.

நவயோகம் என்பது கற்பன கற்றல். எனவே அது கரண ஒழுக்கமாகும்.

சிவயோகம் என்பது தான்பெற்ற பயனை இறைவனுக்குச் சமர்ப்பித்தல். இவை ஜீவஒழுக்கம் – ஆன்ம ஒழுக்கம் என்ற இரண்டையும் தன்னுள் அடக்கி நிற்கிறது.

இதையே தவயோகம், நவயோகம், சிவயோகம் என்று திருமந்திரத்தில் சிறப்பித்துச் சொல்கிறார் திருமூலர்.



33. விதர்கபாதனே ப்ரதி பக்ஷபாவனம் ||

மனதில் கோபம் பொங்கி எழுகிறது. அதை எப்படி அடக்குவது ?

கோபம் ஏற்படுவதற்கு எது காரணமாக இருந்ததோ அதற்கு எதிரான எண்ண அலைகளை மனதில் எழுப்ப வேண்டும்.

அப்படி எழுப்பினால் கோப எண்ணத்தின் அலைகள் மறைந்துவிடும். மனதில் அமைதி ஏற்படும்.

பதஞ்சலி முனிவர் மனதில் அமைதி ஏற்படுவதற்கு இவ்வாறு நல்ல உத்தியைச் சொல்லிக் காட்டுகிறார்.

வெறுப்பைப் பற்றிய எண்ணங்கள் மனதில் தோன்றினால் அதைப் போக்குவதற்கு அன்பைப்பற்றி நினைக்க வேண்டும். கருணையைப் பற்றி எண்ண வேண்டும்.

அப்படி எண்ண ஆரம்பித்தவுடனேயே வெறுப்பு மறைந்துவிடும். மனம் சலனமில்லாமல் இருக்கும்.

இதற்குப் பிரதிபட்ச பாவனைச் சாதனம் என்று பெயர்.

இது தனிப்பட்டவருக்கும், குடும்பத்துக்கும், சமூகத்துக்கும் பொருந்தும்.

ஒருவர் வெறுப்பு எண்ணத்தால் பாதிக்கப்படுகிறார். உடனே தம்மீது அன்பு காட்டும் தோழனைத் தேடிப் போகிறார். அவருடன் மனம்விட்டு கலந்து உரையாடுகிறார். அவர் மனதில்

இருந்த வெறுப்பு மறைந்து விடுகிறது. மனம் ஆனந்தத்தில் மிதக்கிறது.

கணவன் மனைவிக்கு இடையில் ஏதோ ஒரு வகையில் வெறுப்பு உணர்வு ஏற்படுகிறது.

அவர்கள் இருவருக்கும் மத்தியில் தாங்கள் அன்புடன் நேசிக்கும் தங்கள் குழந்தை நின்று கொண்டு இருப்பதைப் பார்க்கின்றனர்.

குழந்தையின் களங்கமில்லாத முகம் அவர்களைக் கவர்கிறது. குழந்தையை எடுத்து மார்புறத் தழுவி அதன் கன்னத்தில் முத்தமிடுகின்றனர். கணவனும், மனைவியும் குழந்தையை எடுத்து மாறி மாறி முத்தமிடுகின்றனர்.

அவர்களையும் அறியாமல் அவர்களுக்குள் இருந்த வெறுப்பு மறைந்து விடுகிறது. அவர்கள் ஒருவரை ஒருவர் அன்புடன் நேசிக்கத் தொடங்குகிறார்கள்.

இரண்டு சமூகங்கள் ஒன்றை ஒன்று புரிந்து கொள்ளாமல் வெறுத்துக் கொண்டு பகை உணர்வுடன் இருக்கின்றன.

அவர்களுக்கு இடையில் மூன்றாவது ஒரு சமூகம் புகுந்து, அவர்கள் பகை உணர்வு அர்த்தமற்றது என்பதை அவர்களே உணரும்படிச் செய்கிறது.

மூன்று சமூகங்களும் ஒற்றுமையுடன், பாசத்துடன், குதூகலமாக வாழ்கிறார்கள்.

இந்த பிரதிபட்ச பாவனையை அடிப்படையாக வைத்து, பகை உணர்வுள்ள அரசாங்கங்களை எல்லாம் நெறிப்படுத்தி. அவர்களுக்குள் ஒற்றுமை உணர்வு ஏற்படுவதற்கு வழிவகைகளைச் சொல்லி இருக்கிறார் சாணக்கியர்.

சூழ்நிலையை மாற்றுவதாலும் வெறுப்பு உணர்ச்சிகளை மாற்றி மகிழ்ச்சியான சூழ்நிலையை உருவாக்கிவிடலாம்.

தெய்வ உருவத்தின் முன்னால் அமர்ந்து தியானம் செய்வதன் மூலமாகவும் மன அமைதி ஏற்படும்.

உற்சாகமான எண்ணங்களை எழுப்பக்கூடும் புத்தகத்தைப் படிப்பதன் மூலமாகவும் மன அமைதி ஏற்படும்.

நம்மை உண்மையாக நேசிக்கும் குடும்பத்தவரிடம் சென்று உரையாடுவதன் மூலமாகவும் மன அமைதி ஏற்படும்.

இது நடைமுறைக்கு உரிய சாதனைப் பயிற்சியாகும்.

மன அமைதியைக் குலைக்கும் எண்ணங்களைப் போக்குவது அவ்வளவு எளிய காரியம் அல்ல.

இதற்கு அபாரமான மனோபலம் வேண்டும். திட சித்தம் வேண்டும். உயர்ந்த குறிக்கோளுடன் வாழும் பயிற்சியும் வேண்டும்.

இத்தகைய பயிற்சியை உடையவர்களே ஸ்திர பிரக்ஞை உடையவர்கள்.

மனதில் அமைதி ஏற்படுவதற்கு மிக எளிய வழி சூழ்நிலையை மாற்றிக் கொள்வதுதான்.

மனைவி மீது காரணமில்லாமலோ, காரணத்துடனோ கோபம் ஏற்படுவதாக வைத்துக் கொள்வோம்.

அப்போது தூங்கிக் கொண்டோ, விளையாடிக் கொண்டோ இருக்கும் குழந்தையைப் பாருங்கள்.

அந்தக் குழந்தையைப் பார்த்தவுடன் மனைவி மீது இருந்த கோபம் மாயமாக மறைந்துவிடும்.

இதற்காகவாவது வீட்டில் ஒரு சிறு குழந்தை இருப்பது மிகவும் அவசியம்.

குழந்தை இல்லாதவர்கள் தெய்வத்தை வணங்குவதில் நம்பிக்கையும், பயிற்சியும் உடையவர்களாக இருந்தால், பூஜை அறைக்குச் சென்று தியானம் செய்தால் போதும். மனைவி மீது இருந்த கோபம் மறைந்துவிடும். மனைவியைத் தெய்வமாகவே எண்ணும் மனப்பக்குவம் கூட ஏற்படும்.

அல்லது உங்களுக்கு விருப்பமான புத்தகத்தை எடுத்துப் படியுங்கள். அப்போதும் மனைவி மீது ஏற்பட்ட கோபம் மறைந்து போய்விடும்.

வசதி இருந்தால் தல யாத்திரையை மேற் கொள்ளுங்கள். சான்றோர்கள் இருக்கும் இடத்துக்குச் செல்லுங்கள். விரிந்து பரந்து கிடக்கும் கடலைப் பாருங்கள்.

நிமிர்ந்து எழுந்து நிற்கும் மலையைப் பாருங்கள். நந்தவனத்தையும், வயல் வெளிகளையும் பாருங்கள். கூடியவிரைவில் உங்கள் பழைய சூழ்நிலையை மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.

இதன் மூலமாகவும் மகிழ்ச்சியான மனோநிலையை ஏற்படுத்திக் கொள்ளமுடியும்.

மன அமைதியைக் கெடுக்கும் எண்ணம் நம் உள் தோன்றி நம்மைத் தாக்குவதற்கு முன்னால் அதை மாற்றுவதற்கு உரிய செயலில் ஈடுபட வேண்டும்.

நிதானமாக சிந்தித்துப் பார்க்கவேண்டும்.

ஒருவர் தம் நண்பரிடம் கோபம் கொள்கிறார். இதனால் அவர் அவருடைய நண்பரின் அன்பை இழக்க நேரிடும்.

அந்த நண்பர் மனோபலம் உடையவராக இருந்தால் தம் நண்பரின் கோபத்தால் பாதிக்கப்படமாட்டார். அவர் தோளில் தட்டி அவர்மீது அன்பு காட்டி அவரைப் பார்த்துச் சிரித்துவிட்டுப் போய்விடுவார்.

தம் நண்பர்மீது ஏற்பட்ட கோபத்தால் அவருடைய நண்பர் பாதிக்கப்படுவதற்கு முன் அவர் பாதிக்கப்படுகிறார். அதனால் அவர் பலவீனமாகி விடுகிறார். அவருக்கு ரத்தக் கொதிப்பு நோயே ஏற்பட்டு விடுகிறது.

ஒருவர் தம் வாழ்க்கையில் பிரதிபட்ச பாவனையை மேற்கொண்டு வந்தால் அவர் ஸ்தரபிரக்ஞன் ஆகிறார். சர்வ சாட்சி சைதன்யத்தைப் பெறுகிறார்.

இதையே,

நிலையில் திரியாது அடங்கியான் தோற்றம்
மலையினும் மாணப் பெரிது

என்கிறார் பொய்யாமொழிப்புலவரான திருவள்ளுவர்.

தமக்கு உரிய நிலையில் இருந்து மாறுபட்டு விடாமல் செய்யவேண்டிய கடமையை உறுதியாகச் செய்து முடிப்பவர் மலையைப் போல உயர்ந்து நிலையாக நிற்பார்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.



34. விதர்கா ஹிம்ஸாதய : க்ருதகாரிதானு மோதிதா
லோபக்ரோத மோஹ பூர்விகா ம்ருது மத்யாதிமாத்ரா
து : க்காஜ் ஞானாநந்தபலா இதி ப்ரதி பட்சவாவனம் ||

எதிரிடையான எண்ணங்களை மேற்கொள்வதால் இம்சை, பலாத்காரம் முதலியவற்றை ஒழிக்கலாம். கஞ்சத்தனம், காம உணர்வு, கோபம், மோகம், திருட்டுக்குணம் முதலிய தீய எண்ணங்களையும் பஞ்ச கிலேசங்களையும் போக்கிவிடலாம்.

இத்தகைய தீய குணங்களுக்குத் தாயாக இருப்பது அகங்காரமாகும்.

பிரதிபட்ச பாவனைக்கு பதஞ்சலி முனிவர் இந்த சூத்திரத்தில் விரிவாக விளக்கம் கொடுத்திருக்கிறார்.

ஒருவர் மற்றொருவருக்குத் துன்பம் செய்கிறார். அல்லது அவர் விபத்தில் மாட்டிக் கொள்ளும்படி சதி செய்கிறார்.

இத்தகைய தீமைகள் ஒருவர் மனதில் ஏற்படுவதற்கு முன்பே, அவர் அதற்கு எதிரிடையான எண்ணங்களை தம் மனதில் உருவாக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறு முரண்பட்ட எண்ணங்கள் ஒன்றுடன் ஒன்று மோதும்போது தீமைக்குப் பதிலாக நன்மையே ஏற்படுகிறது.

செயலும் எதிர்ச் செயலும் ஒன்றை ஒன்று மாற்றுவதற்கும் உயர்த்துவதற்கும் முயலுகின்றன.

இதனால் தீமை மறைகிறது. நன்மை மலர்கிறது.

ஒருவருக்கு வெளிப்படையாகத் தீமை செய்ய முயல்வதற்கு முன்பே, தீமை செய்ய மனதுக்குள் எண்ணும்போதே அவருக்குத் தீமையை ஏற்படுத்திவிடும்.

உள்ளத்தால் உள்ளலும் தீதே பிறன்பொருளை
கள்ளத்தால் கள்வேன் எனல்

என்கிறது திருக்குறள்.

மனதாலேயே பிறர் பொருளைத் திருடுவதற்கு எண்ணுவதே திருடுவதற்கு சமமான துன்பத்தைத் தருவதாகும் என்பதுதான் இந்தத் திருக்குறளின் பொருள்.

நம்முடைய பேராசையாலும், அறியாமையாலும், கோபத்தாலும் பிறருக்குத் தீங்கு செய்துவிட முடியும்.

ஆரா இயற்கை அவாநீப்பின் அந்நிலையே
பேரா இயற்கை தரும்

திருப்தி செய்ய முடியாத பேராசையை விட்டு ஒழிக்க வேண்டும். அப்படிச் செய்தால் அசைக்க முடியாத மிக உயர்ந்த நிலைக்கு ஒருவர் உயர்ந்துவிட முடியும் என்பதுதான் இந்தத் திருக்குறளின் பொருள்.

"காவி உடை வேண்டாம், கற்றைச் சடை வேண்டாம், பாவித்தல்போதுமடா பரமநிலை காண்பதற்கு" என்று பிரதிபட்ச பாவனையின் சிறப்பை மகாகவி பாரதியார் மிக அற்புதமாக விளக்கி இருக்கிறார்.





35. அஹிம்ஸா பிரதிஷ்டாயாம் தத் சந்நிதௌ வைரத் யாக: ||

கொல்லாமையை மேற்கொண்டவர்களுடைய வாழ்க்கையில் பகைமைக்கே இடம் இல்லை.

பதஞ்சலி முனிவர் இந்த முப்பத்தி ஐந்தாவது சூத்திரத்தில் நல்ல குணங்களை ஒன்றுக்குபின் ஒன்றாக, முறையாகப் பின்பற்றுவதன் அவசியத்தை வலியுறுத்துகிறார்.

ஒருவர் அஹிம்சையைத் தம் வாழ்க்கையில் மேற்கொண்டு விட்டால், அவரிடம் பல நல்ல குணங்கள் ஒன்றுடன் ஒன்று இணைந்து நடனமே செய்யும்.

எந்த உயிருக்கும், எந்த வகையிலும் மனதினால்கூட தீமை செய்யாமல் இருப்பதுதான் அஹிம்சையாகும்.

''நோவாது நோன்பு நோற்பது'' என்று ஞான யோகிகள் இதையே சொல்கிறார்கள்.

பகை இல்லாமல் வாழ்வதுதான் ஆன்மநேய ஒருமைப் பாடாகும். இதனால் எல்லா உயிர்களிடத்திலும் அன்பு ஏற்படுவது இயல்பான குணமாகவே மாறிவிடுகிறது.

அஹிம்சையை வாழ்க்கையில் மேற்கொண்டு இருப்பவர்கள் முன்னால் பகை உணர்வுள்ள ஒருவர் வருகிறார். அஹிம்சைவாதியின் பார்வையே பகை உணர்வுடன் வந்தவருடைய பகைமையைப் போக்கி விடுகிறது. அவரைக் கருணை உள்ளம் கொண்டவராக மாற்றிவிடுகிறது.

இதுதான் அஹிம்சையின் சிறப்பாகும்.

மனதினாலும், பேச்சினாலும், செயலினாலும் அஹிம்சை உணர்வை ஒருவர் தம் வாழ்க்கையில் மேற்கொண்டு வந்தால், அவருடைய ஆளாண்மை முழுமை பெற்று அவரைச் சுற்றி சுடர்விட்டு ஒளிர்வதைப் பார்க்கலாம்.

அவரால் உயிர்க் குலத்துக்கே பலவகை நன்மைகள் ஏற்படுகின்றன.

கொடிய விலங்குகள்கூட அவரைப் பார்த்து, அவருடைய ஆளாண்மையின் அதிர்வு அலைகளினால் கருணை உள்ளம் பெற்றுவிடும்.

பகவான் புத்தர், அவருடைய பார்வையினாலேயே பலருக்கு நன்மைகள் செய்தார் என்று அவருடைய வரலாறு சொல்லுகிறது.

புத்த பகவான் எங்கு எங்கு சென்றாரோ அங்கெல்லாம் அமைதியை ஏற்படுத்தினார். மக்கள் மனிதநேயத்துடன் பழகும்படிச் செய்து வந்தார்.

படம் எடுத்துக் கொத்த வந்த நல்ல ,ாம்பைக் கூட அதைக் கருணையுடன் பார்ப்பதின் மூலமாக விலகிப் போகும்படிச் செய்திருக்கிறார் திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார்.

மகாத்மா காந்தி மனதினாலும், பேச்சினாலும், செயலினாலும், அஹிம்சையையும், சத்தியத்தையும் மேற்கொண்டவர்.

அதைத் தாம் மாத்திரம் மேற்கொள்வதுடன் நிற்காமல், சமுதாய நிலையில் எல்லா மக்களும் கடைப்பிடித்து ஒழுகும்படிச் செய்வதிலும் வெற்றிபெற்றவர்.

தம்மைச் சுடுவதற்கு முயன்றவனிடம்கூட கருணை காட்டியவர்.

பாரத நாட்டை அடிமைப்படுத்தி ஆண்டு வந்த, சூரியன் அஸ்தமிக்காத பிரிட்டிஷ் சாம்ராஜ்யத்தை அஹிம்சையின் மூலமாகவே வெளியேற்றியவர்.

மகாத்மாவின் அஹிம்சையை உலகம் முழுவதும் பாராட்டி, போற்றி வரவேற்றது.

சிறிது அளவு அஹிம்சையை மனத்தூய்மையுடன் வாழ்க்கையில் மேற்கொண்டாலும்கூட ஒருவர் மனிதநிலையில் இருந்து மாமனித நிலைக்கே உயர்ந்துவிடலாம்.

அட்டாங் யோகத்தில் எட்டு அங்கங்கள் இருக்கின்றன.

அவற்றுள் முதல் இரண்டு அங்கங்கள் இயமம், நியமம் என்பன.

இவற்றுக்கு அடிப்படை அஹிம்சைதான் என்பதை வலியுறுத்தி இருக்கிறார் பதஞ்சலி முனிவர்.

பிரதிபட்ச பாவனையை அடிப்படையாகக் கொண்டது அஹிம்சையாகும்.

சான்றான்மையும் இந்த அடிப்படையில்தான் வளர்ந்து வருகிறது.

இன்னா செய்தார்க்கும் இனியவே செய்யாக்கால்
என்ன பயத்ததோ சால்பு ?

என்று கேட்கிறார் திருவள்ளுவர்.

துன்பம் செய்தவருக்குக்கூட பதிலுக்குத் துன்பம் செய்யாமல் அவருக்கும் இன்பமே செய்யக்கூடியதுதான் சான்றான்மை என்பது இந்த செய்யுளின் பொருள் ஆகும்.

ஒரு செயலைச் செய்யாமலேயே அந்தச் செயலின் பயனைக் கொடுப்பது அஹிம்சையின் சிறப்பாகும்.





36. ஸத்ய ப்ரதிஷ்டாயாம் க்ரியா பலாச்யரயத்வம்

சத்தியத்தைத் தம் வாழ்க்கையில் மேற்கொண்டு இருப்பவர்கள் சத்தியமயமாகவே மாறிவிடுகிறார்கள். அவர்கள் மற்றவர்களைப்போல தமக்கோ பிறர்க்கோ எதையும் செய்துகொள்ள வேண்டும் என்பது இல்லை.

செய்யவேண்டிய செயலைச் செய்யாமலேயே செயலின் பயனை தாங்களும் பெறுகிறார்கள். மற்றவர்களையும் பெற்று அனுபவிக்கும்படிச் செய்கிறார்கள்.

அவர்களுடைய மனம், மொழி மெய் என்ற மூன்றும் ஒரே விதமான பயனைக் கொடுக்கும் வல்லமையைப் பெற்று விளங்குகின்றன.

அதனால் உடம்பு செய்யவேண்டிய வேலையை மனமும், சொல்லும் செய்யும் ஆற்றலுடன் பெற்று உயர்ந்து நிற்கின்றன.

சத்தியத்தை தம் உள் நிலைத்து இருக்கும்படி செய்துகொண்ட ஒரு யோகி எல்லாம் செய்ய வல்ல சித்தனாகிறான்.

ஒரு செயலின் பலனைச் செயல் எதுவும் செய்யாமலே எண்ணத்தினாலும், சொல்லினாலும், பார்வையினாலும் உண்டாகும்படி செய்து விடுகிறான்.

சத்தியவானை இயற்கை முழுமையாக நேசிக்கிறது. அவன் விரும்பியவற்றையெல்லாம் அவனுக்குச் செய்து கொடுக்கக் காத்துக்கொண்டு இருக்கிறது.

சத்திய சொரூபமாகி இருக்கும் ஒரு யோகி தம் உடலால் எதையும் செய்ய வேண்டிய அவசியம் இல்லை.

மனித உடல் கோடிக்கணக்கான உயிர் அணுக்களால் உருவானது. இதை யோகிகள் அனுபட்சத்தில் தோற்றம் என்பார்கள்.

கண் ஒளியாலும், நினைவின் அலைகளாலும், சொற்களின் அதிர்வுகளாலும் மனித உடல் உருவாக்கப் பட்டிருகிறது என்றும் யோகிகள் வேறு வார்த்தைகளில் சொல்கிறார்கள்.

இவற்றையே, விபுபட்சம் (கண் ஒளி) என்றும் –

சம்புபட்சம் (சொற்களின் அதிர்வுகள்) என்றும் –

மனோபட்சம் (நினைவு அலைகள்) என்றும் சொல்வார்கள்.

இந்த மூன்றும் சூக்கும வடிவங்கள்.

சூக்கும வடிவத்தில் இருந்தே தூல வடிவம் உண்டாகிறது.

எனவே ஒளி, மனம், சொல் என்ற மூன்றில் இருந்தே உடம்பும், அதன் செயலும் உண்டாகின்றன.

செயல்படாமலே செயலின் பலனை அடைவதின் தத்துவம் – அடிப்படை உண்மை இதுதான்.

எப்போதும் சத்தியத்தில் நிலைபெற்றபடி ஒருவர் இருந்தால் அவரிடம் இருந்து பொய்யே வராது. பொய் என்றால் என்ன என்றுகூட அவருக்குத் தெரியாது.

கால வேகத்தில் சத்திய யோகத்தின் முழுப் பரிணாமத்தையும் ஒரு யோகி பெற்றுவிடுகிறார்.

சத்தியத்தில் நிலைபெற்று இருக்கும் இந்த யோகி தம்மை மறந்து தவறாக ஒரு வார்த்தையைச் சொல்லிவிட்டால் கூட அது பலித்துவிடும்.

காரணம் சத்தியத்தின் தன்மையால் அந்த யோகியின் சொல்லுக்கு மகத்தான ஆற்றல் தோன்றி விடுகிறது.

சத்தியமே–அதன் அசாதாரண ஒளியே–அந்த யோகியைச் சுற்றி நின்று அவரைப் பாதுகாக்கவும் செய்கிறது.

சத்தியம் அந்த யோகியுடனேயே வாழ்வதற்கு விரும்புகிறது.

அந்த யோகி யாரையாவது சபித்தால் அது அந்தக்கணமே செயல்பட்டு அதை நிறைவேற்றிவிடும்.

அதனால்தான் சத்தியம் யோகியிடமே எப்போதும் இருக்க ஆசைப்படுகிறது.

அந்த யோகி ஒருவரை வாழ்த்தினால் அவர் வாழ்வாங்கு வாழ்வார்.

நாம் சத்தியத்துடன் வாழ்வதை ஒரு குறிக்கோளாகக் கொண்டோமானால், சத்தியத்தினால் ஏற்படும் நன்மைகளைப் பெற்றுக் கொண்டே இருப்போம்.

அதனால் தொடர்ந்து சத்தியத்துடன் வாழ்ந்து கொண்டே இருப்போம். இதைத்தான்,

பொய்யாமை பொய்யாமை ஆற்றின் அறம்பிற
செய்யாமை செய்யாமை நன்று

என்று வலியுறுத்துகிறார் பொய்யாமொழிப் புலவரான திருவள்ளுவர்.

பொய்யாமையை அதாவது சத்திய வாழ்க்கையைத் தொடர்ந்து மேற்கொண்டாலே போதும்.

அதுவே பரிபூரணத்வம் பெற்ற தர்மமாகிவிடும். வேறு தர்மம் ஒன்றுமே செய்ய வேண்டியதில்லை.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

சத்திய வாழ்க்கையை மேற்கொண்டவர்கள் எதற்கும் பயப்படமாட்டார்கள்.

காரணம் சத்திய வாழ்க்கையை மேற்கொண்டவர் களிடம் எந்தத் தீமையும் நெருங்க முடியாது. அதனால் அவர்கள் வாழ்க்கையில் பயம் பூஜ்யமாகி விடுகிறது.

பயப்படுகிறவர்கள் தம் செயல்களை மறைக்கிறார்கள். பயந்து பயந்து சாகிறார்கள், செத்துக்கொண்டே இருக்கிறார்கள்.

சத்தியத்துடன் வாழ்கிறவர்களின் வாழ்க்கையில் ரகசியம் எதுவும் இருக்காது. அவர்கள் வாழ்க்கையே சத்திய வாழ்க்கையாக – திறந்த மடலாக இருக்கிறது.

இதனால்தான் சத்தியமும் அஹிம்சையும் ஒன்றுடன் ஒன்று இணைந்து இருக்கின்றன. பிரிக்க முடியாமல் இருக்கின்றன என்கிறார் மகாத்மா காந்தி.

பொய் சொல்லி வாழாதவர்கள் வாழ்க்கை பரிபூரணத்வம் பெற்ற வாழ்க்கையாக ஒளிவிட்டுச் சுடர்கிறது.

வாழ்க்கை முழுவதும் இன்பமயமாகவே அவர்களுக்கு இருக்கிறது.

சிறுசிறு சிக்கல்கள் அவர்கள் வாழ்க்கையில் தோன்றினாலும் அது இயல்பான செயல் என்று எண்ணி எண்ணி அவற்றை ஒதுக்கி விடுகிறார்கள்.

உலகத்தில் பயப்படுவதற்கு எதுவுமே இல்லை என்று முழுமையாக அவர்கள் நம்புகிறார்கள்.

இதைத் திருநாவுக்கரசர்:

“அஞ்சுவது யாதொன்றும் இல்லை அஞ்சவருவதும் இல்லை” என்று கம்பீரமாகப் பேசுகிறார்.

துன்பம் அடைகிறவர்கள் தான் இன்பத்தை விரும்புவார்கள்.

எப்போதும் இன்பமயமாகவே இருப்பவர்களுக்கு இன்பம் என்றால் என்ன என்றுகூடத் தெரியாது.

இன்பம் விழையான், இடும்பை இயல்பு என்பான்
துன்பம் உறுதல் இலன்

என்கிறது திருக்குள்.

இன்பத்தையே விரும்பாதவன், சிறுசிறு துன்பங்கள் இயல்பாகத் தோன்றினாலும் அவை மறையக் கூடியவை என்று எண்ணி ஒதுக்கிவிடுவான்.

அவனுக்குத் துன்பமே வராது.

இதுதான் இந்தத் திருக்குறளின் பொருள்.

இந்த மனநிலை பரிபூரணமான சத்தியத்துடன் வாழும் ஞானயோகிகளுக்கே கிடைக்கும்.

இப்படிப்பட்ட சத்தியவானை—யோகிகள் என்று உலக மக்கள் பாராட்டுகிறார்கள்.

யோக்கியன் என்றால் சத்திய யோகத்தில் முழுமை பெற்றவன் – பரிபூரணத்வம் பெற்றவன் என்று பொருள்.

மனம் தூய்மையாக இருக்கும்போதுதான் – அதாவது மனம் சத்தியத்தால் நிரம்பி இருக்கும்போதுதான், சத்தியத்தைத் தவிர வேறு ஒன்றும் இல்லை என்ற நிலைக்கு மனம் உயிர்ந்தபோதுதான் – உயிருக்குப் பூரணமான அமைதியும், இன்பமும், அழியாமையும் ஏற்படுகின்றன.

இந்த நிலையில்தான் உயிருக்கு உயிராகிய இறைவனை உயிர் அனுபவிக்கத் தொடங்குகிறது.

இதைத்தான் வள்ளலார், "சத்தியம்! – சத்தியம்! – சத்தியமே!" என்று சொல்லுகிறார்.

உடலும், மனமும், உயிரும் இறைவனாக மாறி இருப்பதை உடல் முத்திறல் வடிவம் பெற்று இருப்பதை இது உணர்த்துகிறது.

இயற்கை உண்மை என்பது சகஜசொரூபம். இதைப் பெற்ற ஞானயோகி அழியாத நிலையில் இருந்த வண்ணம் உயிர்க்குலத்துக்குப் பணியாற்றிக் கொண்டே இருக்கிறார்.

சத்தியமாக வாழ்வதே என் வாழ்க்கையின் குறிக்கோள் என்று சபதம் எடுத்துக்கொண்டவரால் எந்த வடிவத்திலும், எந்த நிலையிலும் பொய் சொல்லவே முடியாதவர் ஆகிறார் – சகஜ நிஷ்டை கூடியவராக விளங்குகிறார்.

இவருக்கு உலகமே பணிபுரியும். இவரைத்தான் இயற்கை முழுமையாக நேசிக்கும்.

இவர் உலகத்தையே வாழ்விக்கும் வல்லமை பெற்றவராக உயர்கிறார். இறைவனாகவே செயல்படுகிறார்.

சத்திய சந்தர்களால் பிற உயிர்களுக்குத் தீங்கு செய்யவே முடியாது.

பௌதிக அமைதி, ஆன்மிக அமைதி, தெய்விக அமைதி என்ற மூவகை அமைதிகளையும் பெற்று அவர்கள் பெருவாழ்வில் நிலைத்து இருப்பார்கள்.

இந்த நிலையைத்தான் மகிரிஷிகள் "ஓம்சாந்தி! சாந்தி! சாந்தி!" என்று சொல்கிறார்கள்.

ஒரு குழந்தை தன் கையில் இரண்டு பக்கமும் கூர்மையான கத்தியை வைத்துக்கொண்டு இருந்தால், குழந்தையின் தாய் அந்தக் குழந்தையை மிகுந்த எச்சரிக்கையுடன் கவனித்துக்கொண்டே இருப்பாள்.

காரணம் குழந்தை அந்தக் கத்தியால் மற்றக் குழந்தையைக் குத்திவிடக் கூடும். தன்னையேகூடக் குத்திக் கொண்டுவிடும். அதனால்தான் தன் குழந்தையின் அருகிலேயே கவனத்துடன் இருந்து குழந்தையைப் பாதுகாக்க வேண்டி இருக்கிறது.

குழந்தைதான் பரிபூரண ஞானம் பெற்ற யோகி. குழந்தையின் தாய் தான் இயற்கை உண்மை.

சத்திய சொரூபியான ஒரு ஞானயோகி எப்படி எந்த உயிருக்கும் தீங்கு செய்யாமல் நடந்து கொள்கிறார் என்பதைப் பாருங்கள்.

யோகி ஒருவர் ஒரு மடத்தில் அமர்ந்திருக்கிறார்.

கயவர்களால் விரட்டப்பட்ட சுவர்ண லட்சுமி போன்ற இளம் பெண் ஒருத்தி மானைப்போல் துள்ளி ஓடி வருகிறாள். பயத்துடன் ஓடி வருகிறாள். யோகி அமர்ந்திருக்கும் மடத்துக்குள் மின்னல் போல் பாய்ந்து ஒளிந்து கொள்கிறாள். அதை யோகியும் பார்த்துக்கொண்டே இருக்கிறார்.

அதே சமயத்தில் அந்த சுந்தரியாளைத் துரத்திக் கொண்டு வந்த கயவர்கள் யோகி அமர்ந்திருக்கும் மண்டபத்தை நோக்கி வருகிறார்கள்.

யோகியைப் பார்க்கிறார்கள். "இந்தப் பக்கமாக ஒரு பெண் ஓடி வந்தாளே! அவள் எங்கே?" என்று கேட்கிறார்கள்.

"எனக்கு ஒன்றும் தெரியாது!" என்கிறார் யோகி.

சத்தியத்தை வாழ்க்கையின் குறிக்கோளாகக் கொண்ட யோகி சொன்னது பொய் அல்லவா? என்று சாதாரண மனிதர்களுக்கு எண்ணத் தோன்றும்.

உண்மையில் யோகி பொய் சொல்லவில்லை. அஹிம்சையைக் கடைப்பிடித்திருக்கிறார். ஓர் உயிருக்குப் பணி செய்திருக்கிறார். இயற்கை உண்மையுடன் இணைந்து செயல்பட்டு இருக்கிறார்.

சத்தியத்தை நாம் வாழ்க்கையில் குறிக்கோளாகக் கொண்டிருந்தால் சத்தியம் நம்மைச் சூழ்ந்து நின்று பாதுகாத்துக் கொண்டே இருக்கும். நம் வாழ்க்கையை ஒளிவீசும்படி செய்து கொண்டே இருக்கும்.

சத்தியத்தை வாழ்க்கையின் குறிக்கோளாகக் கொண்டு வாழ்வதற்குப் போதுமான பயிற்சி வேண்டும்.

முதலில் புகைபிடிக்க – அதாவது சிகரெட் போன்ற போதைப் பொருளை உபயோகிக்கத் தொடங்குகிறவர், அதை விரும்பி ஏற்றுக் கொள்வதில்லை.

சூழ்நிலையால் போதைப் பொருளில் தங்களை இழந்தவர்கள் மற்றவர்களையும் எப்படியாவது போதைப் பொருளை உபயோகிக்கும்படிச் செய்து விடுகின்றனர்.

முதலில சிகரெட் போன்ற போதைப் பொருளை உபயோகப்படுத்த முடியாமல் அருவருப்பு அடைகிறார்கள். வாயில் எடுக்கிறார்கள். அதன் துர்நாற்றத்தை அவர்களால் சகிக்க முடியவில்லை. மிகவும் துன்பப்படுகிறார்கள். கஷ்டப் படுகிறார்கள்.

சிறுகச் சிறுக சிகரெட் போன்ற போதைப் பொருள்கள் அவர்கள் உணர்வையும், அறிவையும் மங்கும்படிச் செய்கிறது.

அவர்கள் சிகரெட் போன்ற போதைப் பொருள்களை அனுபவிக்கத் தொடங்குகிறார்கள். இந்தப் பழக்கம் ஏற்பட்டவுடன் அவர்கள் சிகரெட்டைத் தேடி அலைகிறார்கள். போதைப் பொருள் எப்போது கிடைக்கும் என்று துடி துடிப்புடன் இருக்கிறார்கள்.

முதலில் சிக'ரெட் போன்ற போதைப் பொருளை ஒருவர் கொளுத்தி அனுபவிக்கிறார். பிறகு அந்தப் போதைப் பொருள் அவரைக் கொளுத்தி அழிக்கத் தொடங்கிவிடுகிறது. அவருடைய உயிர் அணுக்கள் ஒவ்வொன்றையும் அழிக்க ஆரம்பித்து விடுகிறது.

யோகம் என்பது கண்ணை மூடிக்கொண்டு பின்பற்றக்கூடிய வெறும் தத்துவம் அல்ல.

யோகப் பயிற்சிக்கு முதலில் நம்பிக்கையும் முயற்சியும் மிகவும் அவசியம். தொடர்ந்து யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டுவந்தால் அதில் ஓர் ஈடுபாடும், நம்பிக்கையும் ஏற்படும்.

அதனால் ஏற்படுகிற பயனையும் இன்பத்தையும் அனுபவிக்க ஆரம்பித்து விடுவோம்.

யோகப் பயிற்சியைத் தொடர்ந்து பயிலப் பயில அதில் அசைக்க முடியாத நம்பிக்கையும், முன் அனுபவித்து அறியாத இனம் காண முடியாத இன்ப ஆற்றலையும் பெற்று உயரத் தொடங்கிவிடுவோம்.

இந்தப் பெருநெறி நம்மை மனித நிலையில் இருந்து மாமனித நிலைக்கே உயர்த்த ஆரம்பித்துவிடும்.

யோகப் பயிற்சியில் பூரணத்வம் பெற்ற யோகி, மனித நிலையில் இருந்து மாமனித நிலைக்கு உயர்ந்த யோகி, மேலும் மேலும் அதில் ஈடுபட்டு கடவுள் நிலைக்கே உயர்வதற்கு முயன்று கொண்டே இருப்பார்.

இது ஓர் ஒட்டுவார் ஒட்டி நோய் போன்றது. நோய் என்றா சொன்னேன்? இல்லை! இல்லை! இது யோகப் பயிற்சியை மேற்கொண்டவரிடம் ஒட்டிக் கொண்டு அவரைப் புனித இன்பத்தை அளிக்கும் 'பெருநெறிக்கு' அழைத்துச் செல்லக்கூடியது.

இதற்கு முதலில் முயற்சியும், படிப்படியாக தொடரும் பயிற்சியும் தேவை. யோகத்தின் இன்பத்தை அனுபவிக்கத் தொடங்கியவுடன் யோகம் நம்மை யோகத்திற்குள் மேலும் மேலும் ஆழ்த்திக்கொண்டே இருக்கும்.

ஒரு தாய் தன் குழந்தைக்குக் கல்கண்டைக் கொடுக்கிறார்.

குழந்தையோ அந்தக் கல்கண்டைத் தூக்கி எறிந்து விடுகிறது.

தாய் மீண்டும் அந்தக் கல்கண்டை குழந்தைக்குக் கொடுக்கிறார், வற்புறுத்திக்கொடுக்கிறார். குழந்தை வேண்டா வெறுப்பாகத் தாயின் வற்புறுத்தலால் கல்கண்டைச் சாப்பிடுகிறது.

கல்கண்டின் இனிப்பை, அதன் சுவையை குழந்தை அனுபவித்து மகிழ ஆரம்பித்து விடுகிறது.

பிறகு குழந்தை தாயைப் பார்த்து, "அம்மா! எனக்கு கல்கண்டு கொடு! எனக்குக் கல்கண்டு கொடு!" என்று கேட்டு அடம்பிடிக்க ஆரம்பித்து விடுகிறது.

ஒருமுறை இனிய சுவையை அனுபவித்து, அதன் இன்பத்தில் மூழ்கத் தொடங்கிவிட்டால், பிறகு இந்த உலகமே எதிர்த்தாலும் நம்மை அதிலிருந்து மீட்க முடியாது!

யோகத்தின் ஆற்றலை, அதன் பயனை அனுபவிக்கத் தொடங்கி விட்டால் அதன் உச்சியில் ஏறிவிட முடியும்.

மனிதன், மனிதனாகி, மாமனிதனாகி, பேரின்பப் பெருவாழ்வில் தாமும் வாழ்ந்து, உயிர்க் குலத்தையும் வாழ்விக்க முடியும்.





37. அஸ்தேய ப்ரதிஷ்டாயாம் ஸர்வரத்னோ பஸ்தானம்

யார் பொருளையும், எந்தப் பொருளையும் திருடக்கூடாது. சத்திய நெறியில் வாழவேண்டும். அப்படிப்பட்ட பண்புடையவர்களுக்கு எல்லாச் செல்வங்களும் அவர்களைத் தேடி தானே வந்து சேரும்.

இந்த உலகத்தில் நீங்கள் மிகப் பெரிய செல்வந்தராக வாழ வேண்டுமா?

அதற்கு உரிய வழி என்ன?

ஓர் எளிய வழி இருக்கிறது.

பங்கு மார்க்கெட்டுக்குள் புகுந்து பொருள்களை ஈட்டும் பணியில் ஈடுபட வேண்டாம்.

பணம் சம்பாதிக்க வேண்டும் என்ற குறிக்கோளுடன் எந்தத் தொழில் நிறுவனங்களிலும் சென்று கடினமாக வேலை செய்யக்கூட வேண்டாம்.

யாருடைய பொருளையும் திருடுவது என்று எண்ணக்கூடாது. அப்படி இருப்பதற்கு உரிய மனப்பயிற்சியை மேற்கொண்டாலே போதும்.

அந்தப் பயிற்சி இயமம் என்ற முதலாவது யோக அங்கத்தின் பகுதியில் இருக்கும் ஐந்து பண்புகளில் ஒன்றாகும். அதுதான் திருடாமை என்கிற பண்பு.

அந்தப் பண்பைப் பற்றி இந்தச் சூத்திரத்தில் பதஞ்சலி முனிவர் விரிவாக விளக்குகிறார்.

இயமம் என்ற யோக அங்கத்தின் மற்ற நான்கு பண்புகள் என்ன?

கொல்லாமை, பொய்யாமை, பிரம்மசரியம், தானம் பெறாமல் இருத்தல்.

அட்டாங்க யோக யோகத்தில் ஒன்றாகிய இயமம் என்ற முதல் அங்கத்தில் இருக்கும் இந்த ஐந்து பண்புகளையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துப் பாருங்கள்.

அவற்றில் ஒவ்வொன்றும் எவ்வளவு உயர்ந்த பயனைக் கொடுக்கக்கூடியது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

இயமம் என்ற யோக அங்கத்தின் ஐந்து பண்புகளில் ஏதாவது ஒன்றில் தவறு செய்தாலும், மற்ற நான்கு பண்புகளையும் பெற முடியாது.

ஒருவர் பொருளைத் திருடுவது அவரைக் கொலை செய்வதற்கு ஒப்பாகும். இதைத்தான் இயமம் என்ற யோக அங்கத்தின் முதல் பண்பாகிய கொல்லாமை வலியுறுத்துகிறது.

உள்ளத்தால் உள்ளலும் தீதே பிறன் பொருளை
கள்ளத்தால் கள்வேம் எனல்

என்று சொல்கிறார் பொய்யா மொழிப் புலவரான திருவள்ளுவர்.

ஒருவர் பொருளைத் திருடுவது என்று எண்ணினாலே போதும்; அதுவே கொலை செய்வதற்கு ஒப்பான தீமையைச் செய்வதாகும்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

நாம் எல்லாருமே ஒரு வகையில் திருடர்களாகவே இருக்கிறோம்.

தெரிந்தோ தெரியாமலோ இயற்கைச் செல்வங்களில் இருந்து அதன் பொருள்களைத் திருடிக் கொண்டே இருக்கிறோம்.

நாம் ஒவ்வொரு கணமும் மூச்சுவிடுகிறோம். மூச்சுவிடும் ஒவ்வொரு கணமும் இயற்கையின் பையில்

இருந்து நம்மையும் அறியாமல் அதனுடைய காற்றை திருடிக்கொண்டே இருக்கிறோம்.

யாருடையக் காற்றை நம் மூக்கு சுவாசித்துக் கொண்டு இருக்கிறது? இது இயற்கையின் ஈடு இணையற்ற செல்வம் அல்லவா?

அதனால், "நாம் மூச்சுவிடாமல் இருக்க வேண்டும். செத்துப் போனாலும் பாதகம் இல்லை" என்று நான் சொல்வதாக எண்ணிவிடக்கூடாது.

நாம் மூச்சை உள்ளுக்குள் இழுத்து வெளியில் விடும் ஒவ்வொரு நொடியும் நாம் எந்த உயிருக்காவது உதவிசெய்து கொண்டே இருக்கவேண்டும்.

அப்படிச் செய்து வந்தோமானால் இயற்கையின் செல்வமாகிய காற்றைத்திருடும் குற்றத்துக்கு நாம் ஆளாகிறோம் என்று எண்ணிவிடத் தேவையில்லை.

இயற்கையின் செல்வமாகிய பிராணவாயுவை உபயோகித்துக்கொண்டு நாம் உயிர் வாழ்கிறோம்.

நாம் உபயோகிக்கும் பிராணவாயுவுக்குப் பதிலாக கரியமில வாயுவைக் கொடுத்து வருகிறோம்.

நாம் கொடுக்கும் கரியமில வாயுவை உட்கொண்டு மரம், செடி, கொடிகள் – ஒளிச் சேர்க்கையால் பிராணவாயுவை வெளியிடுகின்றன.

நாமோ கரியமில வாயுவை வெளியிடுகிறோம். இயற்கைச் செல்வங்களாகிய மரம், செடி, கொடிகள், வழங்கும் பிராண வாயுவை உட்கொள்கிறோம். இப்படி ஒரு பொருளை வாங்கிக் கொண்டு இன்னொரு பொருளைக் கொடுப்பது பண்டமாற்றுதான்! திருட்டு அல்ல.

திருட்டு என்பது என்ன?

பேராசையால் மற்ற உயிர்களின் பொருளை எடுத்துக் கொள்வதுதான் திருட்டு.

அதிலும் சிறிய அளவு கொடுத்து பெரும் பயனை அடைய விரும்புகிறோம். இதுவும் திருட்டுக்கு ஒப்பானதுதான்.

பலர் அலுவலகம் செல்கின்றனர். அங்கே தமது அலுவலக அறையில் சற்று நேரம் அமர்கின்றனர்.

பிறகு அலுவலக நண்பர்களைப் பார்த்து அளவளாவச் செல்கின்றனர். அவர்களையும் அலுவலக வேலைகளை ஒழுங்காகச் செய்ய முடியாமல் செய்து வருகிறார்கள்.

மீண்டும் தம் அலுவல் அறைக்குத் திரும்புகின்றன்ர்.

அலுவலகத் தொலைபேசியில் தங்கள் சொந்த விவகாரங்களைப் பற்றி பேசுகின்றனர். ஏன், சிலபேர் அலுவலக துணைக்கோள் தொலைபேசியைப் பயன்படுத்தி மேற்கு நாடுகளில் இருக்கும் தம் நண்பர்களுடன் பேசியும் மகிழ்கிறார்கள்.

இதனால் அலுவலகத்துக்கு ஏராளமான தொலைபேசி செலவுகளை ஏற்படுத்துகிறார்கள்.

அலுவலகத்துப் பொருள்களை அதன் 'ஸ்டோர்ஸ்' சிலிருந்து பெற்றுத் தம் சொந்த உபயோகத்துக்கு எடுத்துச் செல்கின்றனர்.

அலுவலக வேலையையும் முறையாகக் கவனிப்பதில்லை. அலுவலகப் பொருள்களையும் அலுவலக சாதனங்களையும் தங்கள் சொந்த உபயோகத்துக்குப் பயன்படுத்திக் கொள்கிறார்கள். முதல் தேதி தவறாமல் எந்தக் குறைவும் இல்லாமல் முழுமையாகச் சம்பளத்தையும் பெற்றுக் கொள்கிறார்கள்.

இவைகள் எல்லாம் திருட்டு அல்லவா? சாதாரணத் திருட்டா இது? சமுதாயத்தின் சொத்துக்களையே திருடுவதாகும்.

அதுமட்டுமல்லாமல் அறிஞர்களின் கருத்துகளைக் கூட தம் சொந்தக் கருத்துகளாக பலர் சொல்லிக் கொண்டு வருகிறார்கள்.

இது அறிவுலகத்தாரின் செல்வங்களை திருடுவதாகும்.

நாம் இவ்வாறு திருடாமல் வாழ்வதற்கு உரிய பயிற்சியை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

நம் உழைப்பால் பெறும் ஊதியத்தில்தான் வாழவேண்டும். இதுதான் சத்திய வாழ்க்கை.

இவ்வாறு வாழ்க்கையை நெறிப்படுத்திக் கொண்டு வாழ்ந்தோமானால் நமக்குவேண்டிய எல்லாம் நம்மைத் தேடி வந்து அடையும் என்பதில் சந்தேகம் இல்லை.

இதையே,

ஆக்கம் அதர் வினாய்ச் செல்லும் அசைவு இலா
ஊக்கம் உடையான் உழை

என்கிறார் பொய்யா மொழியார்.

உள்ளதைக் கொண்டே வாழும் உத்தமர்களைத் தேடிக்கொண்டு செல்வங்கள் ஓடி வரும்.

உழைக்கும் வழியே உண்மையான வாழும் நெறியாகும்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருளாகும்.

நாம் செல்வத்தைப் பெறுவதை மட்டுமே குறிக்கோளாகக் கொண்டு ஓடிக் கொண்டு இருக்கக்கூடாது. சமுதாய முன்னேற்றத்துக்காகப் பாடுபட்டு உழைத்து வாழும்போதுதான் செல்வங்கள் நம்மைத் தேடி நாடி ஓடி வரும்.

நாம் பேராசை உடையவர்கள் அல்லர் என்பதை இயற்கை அறிந்து கொண்டவுடன் நமக்கு வேண்டிய அனைத்தையும் காலம் தவறாமல் கொடுத்துக்கொண்டே இருக்கும்.

நம்மிடம் ஒன்றும் இல்லையே என்று ஏங்கினால் இயற்கை நம்மைப் பார்த்துச் சிரிக்கும்.

நாம் ஒரு சிறந்த பொருளைப் பெறுகிறோம். அடுத்த கணம் அதைப் பயன்படுத்தாமல் பத்திரமாகப் பூட்டி வைக்கிறோம். பூட்டின் சாவியை வேறு இடத்தில் பாதுகாப்பாக வைத்து விடுகிறோம்.

நாம் சிறந்த பொருளுக்கு அதிபதி என்ற பெருமையில் மிதக்கிறோம்.

இவ்வாறு நாம் பெற்ற செல்வத்தை சிறைப்படுத்த முயல்கிறோம்.

சிறைப்படுத்தப்பட்டச் செல்வம் என்ன நினைக்கிறது, என்ன செய்கிறது தெரியுமா?

"நாம் மகிழ்ச்சியுடனும் சுதந்திரத்துடனும் இருக்க எண்ணினோம்; எல்லா மக்களுக்கு பயன்படும்படி சுழன்று கொண்டு வரலாம், என்றல்லவா நினைத்துக் கொண்டிருந்தோம்.

நாம் தவறான மனிதரிடம் இப்போது மாட்டிக் கொண்டோம். நம் சுதந்திரத்தை இழந்துவிட்டோம்! நம்மை சிறையில் அடைத்து விட்டார்!

இந்த மனிதர் நம்மை பூட்டி வைத்திருக்கும் பூட்டை திறக்கமலா இருக்கப்போகிறார். பூட்டைத் திறந்தவுடன் சுதந்திரமாக வெளியேறிவிட வேண்டும். எல்லா மக்களுக்கும் பயன்படும்படி நாம் சுழன்று கொண்டு இருக்கவேண்டும்" என்று நினைக்கிறது.

சமயம் கிடைத்தவுடன் அந்த மனிதரிடம் இருந்து "விடுதலையாகி விட்டோம்" என்று சொல்லிக் கொண்டு புறப்பட்டும் விடுகிறது.

கருமிகள் பலர் பணத்தையும், நகைகளையும், மற்றவர்களுக்குப் பயன்படக்கூடிய பொருள்களையும், பாதுகாப்பான இடத்தில் பூட்டி வைத்துக் கொள்கிறார்கள்.

சிறைப்படுத்தப்பட்டச் செல்வங்கள் என்ன செய்கின்றன தெரியுமா?

அந்த செல்வங்கள் அமைதியாக தியானம் செய்கின்றன. பாதுகாப்புப் பெட்டகத்தில் இருந்து எனக்கு விடுதலை கிடைக்காதா என்று பிரார்த்தனை செய்துகொண்டே இருக்கின்றன.

"யாராவது என்னை இந்தப் பாதுகாப்புப் பெட்டகத்தில் இருந்து விடுதலை செய்ய மாட்டீர்களா? என் குரல் யார் காதிலும் விழவில்லையா?" என்று வேண்டுகின்றன.

அந்தச் செல்வங்களின் தியானம், பிரார்த்தனை பயன் கொடுக்கிறது.

யாருக்கும் பயன் இல்லாமல் கருமியின் பாதுகாப்புப் பெட்டகத்தில் இருந்து அவதிப்படும் செல்வங்களின் வேண்டுகோள் திருடர்களின் காதுகளில் விழுகின்றன.

கருமியின் பாதுகாப்புப் பெட்டகத்தில் சிறைப்பட்டுக் கிடக்கும் பணத்துக்கும், நகைகளுக்கும் விடுதலை கொடுக்க திருடர்கள் வருகிறார்கள்.

பாதுகாப்புப் பெட்டகத்தில் சிறைப்பட்டுக் கிடந்த செல்வங்களை மீட்டுக் கொண்டு போய் விடுகிறார்கள்.

எந்தப் பொருள்களையும் அவை விரும்பினால் என்னிடம் வரட்டும், வரட்டும் என்று அழைத்துக் கொள்ளலாம்.

அதுபோலவே அந்தப் பொருள்கள் நம்மை விட்டுப் போகவிரும்பினால், "போய் வாருங்கள்! போய் வாருங்கள்!" என்று மகிழ்ச்சியுடன் அனுப்பி விடவும் வேண்டும்.

அப்படிப்பட்ட மன உணர்வை நாம் பெற்றிருந்தால் நம்மிடம் வந்த செல்வங்கள், "ஏன் என்னை விரட்டி அடிக்கிறீர்கள்? நான் உங்களுக்கு நன்மைகள் தானே செய்கிறேன். என்னை அனுப்பி விடாதீர்கள். நான் மேலும் மேலும் வளர்ந்து உங்களுக்குச் சேவை செய்வேன். உங்களை மகிழ்ச்சியுடனும் வைத்துக் கொள்வேன்" என்று சொல்லும்.

இதை நான் என்னுடைய வாழ்க்கையிலேயே அனுபவித்திருக்கிறேன். அனுபவித்துக் கொண்டும் இருக்கிறேன்.

நான் எந்தப் பொருளையும் பாதுகாப்புப் பெட்டகத்தில் வைத்துப் பூட்டுவதில்லை.

செல்வப் பொருள்கள் என்னிடம் தாமே வரும். நான் என்னிடமே வைத்துக் கொள்வதில்லை. அவற்றைச் சுதந்திரமாகச் சென்று சுழலும்படி விட்டுவிடுவேன்.

அவை மீண்டும் மீண்டும் என்னிடமே திரும்ப வந்துவிடும். நான் தங்களிடமே இருக்கிறேன் என்று என்னிடம் கெஞ்சும்.

இதுபோன்ற உண்மையான சம்பவங்கள் நம் வாழ்க்கையில் நடந்து வருவதை நாம் பார்த்துக் கொண்டுதான் இருக்கிறோம். இந்த நிகழ்ச்சிகளை குழந்தைச் செல்வங்களிடம் பார்க்கிறோம்.

குழந்தைகள் குதித்துக் கும்மாளம் இட்டுக்கொண்டு நம்மிடம் ஓடி வருகின்றன. நம்முடன் விளையாடுகின்றன. நம்முடைய தொடைமீது உட்கார்ந்து கொள்கின்றன. நம் கழுத்தைக் கட்டிக்கொண்டு தொங்குகின்றன.

அப்போது அந்தக் குழந்தைகள் தூரத்தில் துள்ளி விளையாடும் குழந்தைகளைப் பார்க்கின்றன. அவர்களுடன் ஓடி விளையாட விரும்புகின்றன. அடுத்த கணம் நம்மைவிட்டுப் பிரிந்து செல்ல நினைக்கின்றன. நம்மிடமிருந்து சுதந்திரமாக ஓடுவதற்குத் தயாராகின்றன.

அந்தச் சமயத்தில் குழந்தைகள் நம்மை விட்டு ஓடாமல் தடுத்து நிறுத்துவோமானால் அது அவர்களுக்குப் பிடிக்காது.

"நாம் பெரிய தவறு செய்துவிட்டோம். இந்த முரட்டு மனிதரிடம் அல்லவா மாட்டிக்கொண்டோம்" என்று நினைத்து வேதனைப்படும்.

மறு கணம் நம்மிடமிருந்து நழுவி ஓடிப்போய்விடும்.

அடுத்துவரும் நாட்களில் நாம் அந்தக் குழந்தை களைப் பார்க்கிறோம். அவற்றுடன் கொஞ்சி விளையாட வேண்டும் என்ற ஆவல் நமக்கு ஏற்படுகிறது!

அந்தக் குழந்தைகளை ஆவலுடன் அழைக்கிறோம். அவைகளுக்குப் பிடித்தமான தின்பண்டங்களைக் காட்டிக் கூப்பிடுகிறோம்.

அந்தக் குழந்தைகள் நம்மிடம் வருவதில்லை. அதே சமயத்தில் அந்தக் குழந்தைகள் என்ன நினைக்கிறது தெரியுமா ?

"நான் உம்மிடம் வரமாட்டேன். உம்மிடம் வந்தால் நீர் என்னை சுதந்திரமாக விளையாட அனுமதிக்கமாட்டீர். உம்மிடமே என்னைப் பிடித்து வைத்துக் கொண்டு எனக்குத்

தொல்லை கொடுப்பீர்" என்று எண்ணிக்கொண்டு நம்மிடம் வராமல் ஓடியே போய்விடும்.

நம்மிடம் பிரியமாக வந்து நம் தோள்மீதும், மடிமீதும் தவழ்ந்து விளையாடிய குழந்தை, நம்மைவிட்டுப் பிரிந்து ஓடி விளையாட நினைத்தபோது அதை ஓடி விளையாட அனுமதித்திருந்தோமானால்—

இப்போது நாம் கூப்பிட்டவுடன் துள்ளிக் குதித்துக்கொண்டு நம்மிடம் ஓடிவரும். நம்மடியில் படுத்துக் கொண்டு விளையாடும். நம் தோள்மீது ஏறிக் குதிக்கும். நம் கைகளைப் பிடித்துக்கொண்டு கும்மாளம் போடும்.

மனிதர்களுக்குக் குரு யார் தெரியுமா? குழந்தைகள்தான்!

மனிதர்களுக்கு வேண்டிய மிக உயர்ந்த ஞான உண்மைகளை வெகு எளிதாக மனிதர்களுக்கு கற்பித்து விடுகின்றன குழந்தைகள்.

இதற்குச் சரியான உதாரணமாக விளங்குகிறான் சுவாமிமலையில் எழுந்தருளி இருக்கும் சாமிநாதன்.

தம் தந்தையாகிய சிவபெருமானுக்கு பிரணவப் பொருளின் தத்துவத்தை, ஓங்கார பஞ்சாட்சரத்தின் உண்மைப் பொருளை உபதேசித்து அருள்புரிந்த குழந்தைதான் குமரன்.

தந்தைக்கு உபதேசித்ததால் குமரன் 'சாமிநாதன்' என்ற பெயரைப் பெற்றான்.

அதாவது சாமிக்கே உபதேசம் அளித்ததால் குழந்தை நாதன் ஆகியது. அதாவது குருபிரானாக உயர்ந்துவிட்டது.

இதைத்தான் மனிதர்களுக்கு குருமார்களாக விளங்குபவர்கள் குழந்தைகள் என்று ஞானயோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

இதையே—

தம்மில் தம் மக்கள் அறிவு உடைமை மாநிலத்து
மன் உயிர்க்கு எல்லாம் இனிது

என்கிறார் பொய்யா மொழியார்.

தங்களைவிட தங்கள் குழந்தைகள் அதிக அறிவு உடையவர்களாக விளங்குவது மனித உயிர்களுக்கு மட்டும் அல்ல—

உலக உயிர்களுக்கு எல்லாம் இன்பம் கொடுப்பதாகும்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

திருடாமல் இருக்கும் ஒழுக்கத்தை மேற்கொண்டிருக்கும் யோகிக்கு எல்லா செல்வங்களும் தாமே வந்து அடையும்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் பதஞ்சலி சூத்திரத்தின் பொருளாகும்.

திருட்டு பலவகைப்படும்.

மக்கள் பயன்படுத்தக்கூடிய பொருள்களை அவர்கள் பயன்படுத்த முடியாமல் செய்வதும் ஒருவகையில் திருட்டுக்கு ஒப்பானதுதான்.

ஒருவரிடம் ஆயிரம் ஏக்கர் நிலம் இருக்கிறது. அவர் அந்த நிலத்தின் பெரும் பகுதியைப் பயன்படுத்துவதில்லை. வெற்று நிலமாகவே வைத்துக் கொண்டு இருக்கிறார்.

அவர் பயன்படுத்தாமல் வெற்று நிலமாக வைத்துக் கொண்டு இருக்கும் நிலத்தில் — நிலமே இல்லாத இன்னொருவர் நூறு ஏக்கர் நிலத்தை விலைக்குக் கேட்கிறார்.

"வெற்று நிலமாகவே வைத்துக் கொண்டிருந்தாலும் இருப்பேன். உமக்கு ஒரு ஏக்கர் நிலத்தைக்கூட விற்க மாட்டேன்" என்று சொல்கிறார் நிலத்தின் சொந்தக்காரர்.

இவர் அந்த நிலத்தினால் ஏற்படும் பயனை, அதன் மூலம் விளையக் கூடிய செல்வத்தைத் திருடிக் கொண்டு இருக்கிறார் என்றுதான் சொல்லவேண்டும்.

ஒருவர் தம் தேவைக்கும் அதிகமாக நூற்றுக் கணக்கான ஆடைகளை தம் வீட்டின் அலமாரிகளில் அடுக்கி வைத்துக்கொண்டு இருக்கிறார்.

அதே சமயத்தில் அவருடைய பக்கத்து வீட்டுக்காரர் மாற்று உடை இல்லாமல் கஷ்டப்பட்டுக்கொண்டு இருக்கிறார்.

தேவைக்கு மேல் ஆடைகள் வைத்துக்கொண்டு இருப்பவர் சமுதாயச் செல்வத்தைத் திருடிக்கொண்டு இருக்கிறார் என்றே சொல்லவேண்டும்.

இதற்கெல்லாம் காரணம் என்ன?

சிலருக்கு பொருள்களை வாங்கும் சக்தி அதிகமாக இருக்கிறது. குறிப்பிட்ட பொருட்கள் தங்களுக்குத் தேவை இருக்கிறதோ இல்லையோ, தங்களிடம் இருக்கும் செல்வச் செழிப்பினால் அதிக விலை கொடுத்துக் கூட அந்தப் பொருள்களை வாங்கிக் குவிக்கிறார்கள்.

அதனால் அந்தப் பொருள்களின் விலை அதிகமாகி விடுகிறது.

சாதாரண மனிதர்களுக்கு அந்தப் பொருள் தேவைப் பட்டாலும் அதன் விலை உயர்வு காரணமாக அவர்களால் அந்தப் பொருள்களை வாங்க முடிவதில்லை.

அவரவர் தேவைக்கு வேண்டிய பொருளை மட்டும் வாங்கி வருவார்களானால், அந்தப் பொருள்களின் விலை ஏறாது. எல்லாருக்கும் எளிதாகவும் கிடைக்கும். அந்தப் பொருள்களின் விலை இறங்கவும் செய்யும்.

உலகப் பொருளாதாரமே இந்த அடிப்படையில்தான் நிலைபெற்று வளர முடியும்.

அமெரிக்க நாட்டில் ஆயிரக்கணக்கான டன் கோதுமையையும், உருளைக் கிழங்கையும் விலை கொடுத்து வாங்கி அட்லாண்டிக் கடலில் கொட்டி அழித்ததாகக் கேள்விப் பட்டிருக்கிறேன்.

தங்கள் நாட்டின் உணவுச் சந்தையில் இந்தப் பொருள்களின் விலை சீர்குலையாமல் இருக்க வேண்டும், அதற்காகவே உணவுப் பொருள்களை அழிக்க வேண்டி இருக்கிறது. இவ்வாறு அமெரிக்க நாட்டு பொருளாதார நிபுணர்கள் காரணம் சொல்கிறார்கள்.

உணவுப் பொருள்களை கடலில் கொட்டி அழிக்காமல், உணவு இல்லாமல் தவிக்கும் நாடுகளுக்குக் கொடுத்து உதவக்கூடாதா?

தங்கள் நாட்டில் விளையும் உணவுப் பொருள்களின் விலை சீர்குலையாமல் இருப்பதைப் பற்றி நினைக்கிறார்களே தவிர, பசியால் வாடும் ஏழை எளிய மக்களைப் பற்றியோ, பஞ்சத்தால் வாடும் நாடுகளைப் பற்றியோ அவர்கள் கவலைப் படுவதில்லை.

இது மகத்தான பாபச் செயலாகும், கொடூரமான காரியமாகும்.

இவ்வாறு பாவம் செய்வது வெறுத்து அருவருக்கக் கூடிய திருட்டே ஆகும்.

நிலம் எல்லாருக்கும் பொதுவானது.

ஆஸ்திரேலியாவில் ஒரு மூலையில் இருக்கும் அந்த நாட்டுக் குடிமகனுக்கு அந்த நாட்டில் இருக்கும் பெரிய நிலச் சுவான்தாரைப்போல் அந்த நாட்டின் நிலத்தில் சமமான உரிமை இருக்க வேண்டும்.

அந்த நாட்டில் அவ்வாறு இல்லை; மிகப்பெரிய நிலப்பரப்பு கொண்டது ஆஸ்திரேலியா.

அங்கு ஒரு சிலரிடம் ஆயிரக்கணக்கான ஏக்கர் நிலம் இருக்கிறது.

அந்த நாட்டு ஆதிக்குடி மக்களில் பலர் ஒரு ஏக்கர் நிலம்கூட இல்லாமல் பராரியாக இருக்கிறார்கள்.

இதுவும் மறைமுகமான சமுதாயத் திருட்டு என்றே சொல்லவேண்டும்.

அமெரிக்க நாட்டில் விளையும் உணவுப் பொருள்களை முதலில் அமெரிக்க நாட்டு மக்களுக்குத்தான் பகிர்ந்து அளிக்கவேண்டும். இதில் எந்த மாறுபட்ட அபிப்பிராயமும் இல்லை.

அமெரிக்க நாட்டு மக்களுக்குக் கொடுத்த பிறகு, எஞ்சி இருக்கும் உணவுப் பொருள்களை, உணவுக்காக ஏங்கித் தவித்துக்கொண்டு இருக்கும் நாடுகளுக்கு கொடுத்து உதவவேண்டும்.

இந்தப் பொருளாதார அடிப்படையின் உண்மையை உணர்ந்து அதை நடைமுறைப்படுத்துவதில் உலக நாடுகள்

செயல்டுமானால் உலகில் பஞ்சமோ, பசியோ இல்லாமல் செய்யலாம்.

உலகத்தில் மிகவும் பணக்கார நாடு அமெரிக்கா, இந்த நாட்டில் பணத்துக்குப் பஞ்சமே இல்லை. அப்படிப்பட்ட செல்வம் கொழிக்கும் நாட்டில் பல ஆஸ்பத்திரிகளை மூடி இருக்கிறார்கள். ஏன் மூடி இருக்கிறார்கள் என்று கேட்டால், இந்த ஆஸ்பத்திரிகளை நடத்துவதற்கு வேண்டிய பணம் இல்லை என்று சொல்கிறார்கள்.

அதே சமயத்தில் கோடிக்கணக்கான, அமெரிக்க டாலர்களை செலவழித்து, கண்டம் விட்டுக் கண்டம் பாயும் ராக்கெட்டுகளுக்கும், விண்வெளியில் பறந்து சென்று தாக்கும் போர் விமானங்களுக்கும், உயிர்க் குலத்தையே அழிக்கக்கூடிய அணுகுண்டுகளைத் தயாரித்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

சந்திர மண்டலத்துக்குச் செல்லும் விண்வெளிக்கலன் களுக்காகவும் பல கோடி அமெரிக்க டாலர்களை விரயம் செய்கிறார்கள்.

பக்கத்து நாடுகளில் பஞ்சத்தாலும், நோயாலும் துன்பப்படும் மக்களைக் காப்பாற்றுவதைவிட, சந்திர மண்டலத்தக்குச் செல்வதும், அணுகுண்டுகளைத் தயாரிப்பதும் அவசியமா என்று யாரும் நினைத்துப் பார்ப்பதாகத் தெரியவில்லை.

விஞ்ஞான வளர்ச்சியை நான் குறைகூறுவதாக நினைத்துவிட வேண்டாம். விஞ்ஞானத்தை எப்படிப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்று விஞ்ஞான ரீதியாகச் சிந்திக்கும்படி வேண்டிக் கொள்கிறேன்.

சந்திர மண்டலத்துக்கு செல்லும் விஞ்ஞான வளர்ச்சி மிக உன்னதமானது.

நாம் எல்லாரும் சந்திரனுக்கு உல்லாசப் பிரயாணம் செய்துகூட மகிழலாம்.

ஆனால் இந்த உலகில் உள்ள எல்லாருக்கும் உணவும் உடையும், குடி இருக்க வீடுகளும், உயர்ந்த கல்வியும் கொடுப்பதற்கு முதலில் செல்வத்தைச் செலவழிக்க வேண்டும்.

இந்த உன்னதமான குறிக்கோளை நிறைவேற்றிய பிறகு, சந்திர மண்டலத்துக்கு ம், செவ்வாய்க் கிரகத்துக்கும் செல்லுவதற்காக விஞ்ஞானத்லதை வளர்ப்பதில் தவறில்லை.

ஏழை எளிய மக்கள் வயிற்றுக்குக் கஞ்சி இல்லை என்று கவலைப்படுகிறார்கள். வசதி படைத்த மக்களோ தங்கள் கூந்தலை அழகுபடுத்திக் கொள்ள வாசமுள்ள மலர் இல்லையே என்று வேதனைப்படுகிறார்கள்.

இவற்றில் எதற்கு முதலிடம் தரவேண்டும்? எந்தத் தேவையை முதலில் பூர்த்தி செய்ய வேண்டும் என்று சிந்திக்க வேண்டாமா?

கூந்தலுக்கு மலர் சூடவில்லை என்றால் கூந்தல் ஒன்றும் கெட்டுவிடாது. வயிற்றுக்குச் சோறு இல்லாவிட்டால் மனிதனால் வாழவே முடியாது.

எனவே முதலில் இந்த வையத்து மாந்தர்களுக்கு எல்லாம் வயிற்றுக்குச் சோறிட வேண்டும்.

அதன்பிறகு எஞ்சிய பணத்தைக் கொண்டு கூந்தலை மலர் மாலைகளினாலேயே அலங்கரித்துக் கொள்ளலாம்.

அமெரிக்க நாட்டிலேயே மக்கள் பஞ்சத்தினால் வாடிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள். பசியினாலும் நோயினாலும் மடிந்து கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

இந்தச் சூழ்நிலையில் சந்திர மண்டலத்துக்கு விண்வெளிக் கலத்தை விடுவதற்காகக் கோடிக்கணக்கான அமெரிக்க டாலரை செலவழிப்பது மனித உணர்வு படைத்தவர்கள் செய்யும் காரியமா? என்பதை எண்ணிப் பார்க்க வேண்டும்.

எப்பொழுது நாம் சந்திரனுக்குச் செல்லவேண்டும்?

நில உலகத்தில் வாழும் மக்கள் மகிழ்ச்சியாக வாழ்வதற்கு வழிகோலிய பிறகுதான் சந்திரனுக்கு உல்லாசப் பிரயாணம் செய்யவேண்டும்.

இந்த உலகில் எப்படி வாழ்வது என்று தெரியாமல் மக்கள் நரக வேதனைப் பட்டுக்கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

இந்த அப்பாவி மக்களை மறந்துவிட்டு சந்திரனுக்குச் செல்வது நரக உலகத்தை சந்திரனுக்கு எடுத்துக்கொண்டு போவதாகவே இருக்கும்.

ஆயிரக்கணக்கான, லட்சக்கணக்கான மக்களின் ஆரோக்கியத்தையும், மகிழ்ச்சியையும் அமெரிக்க அரசு இதன்மூலமாகத் திருடிக்கொண்டு இருக்கிறது.

இதுவும் ஒரு சமுதாயத் திருட்டுதான், பகல் கொள்ளைதான்.

சந்திர மண்டலத்துக்கும், செவ்வாய் கிரகத்துக்கும் சென்று அங்கு அமெரிக்கக் கொடியை நாட்டியதைப் பற்றிய நிகழ்ச்சியை செய்தித் தாள்களில் படிப்பேன். அதைப் படிக்கும் போது இது விளையாட்டுப் பிள்ளைகள் செய்யும் குறும்புத் தனமாகவே எனக்குத் தோன்றும்.

இவ்வாறு நடைபெறும் ஒவ்வொரு தவறான விஞ்ஞானச் செயலுக்கும் என்ன காரணம்?

பயத்தினாலும், தான் என்கிற ஆணவத்தினாலும், மற்ற நாடுகளுடன் உலகை அழிக்கும் ஆயுதங்களைத் தயாரிப்பதில் போட்டி போடும் எண்ணத்தினாலும் நடைபெறுகின்றன.

இந்த நிகழ்ச்சிகள் எல்லாம் தெய்வ நம்பிக்கை இல்லாததாலும், தேவையற்ற பயத்தினாலும் ஏற்படுகிற சமுதாயத்துக்கு விரோதமான அநாகரிகச் செயல்களாகும்.

மற்ற நாட்டவர்கள் தங்கள் நாட்டை அழித்து விடுவார்கள் என்ற பயத்தினால் அந்த நாட்டையே அழிப்பதற்கான அணுகுண்டுகளையும், போர்க்கருவிகளையும் தயாரித்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டிய அவசியம் எங்களுக்கு ஏற்பட்டிருக்கிறது என்று சொல்லி வருகிறார்கள்.

ஒரு பக்கம் மற்ற நாடுகளை அழிக்கும் ஆயுதங்களைத் தயார் செய்து கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

இன்னொரு பக்கம் தங்கள் நாட்டு அரசு எல்லா நாடுகளுடன் நட்புடன் இருக்க விரும்புவதாகச் சொல்லியும் வருகிறார்கள். நாகரிகம், பண்பாடு, கலை முதலியவற்றை

எல்லா நாடுகளுடன் பரிவர்த்தனை செய்து கொள்வோம் என்று வேறு சொல்லிக்கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

போர்க் கருவிகளை உற்பத்தி செய்து மற்ற நாடுகளை அச்சுறுத்திக் கொண்டும், அதே சமயத்தில் அவர்களுடன் கலாசார பரிவர்த்தனையும் செய்து கொள்ள விரும்புவதாகச் சொல்லிக்கொண்டு இருப்பதும் நடைபெறக் கூடிய காரியமா?

அமெரிக்க அரசு தங்கள் நாட்டு வார மாதப் பத்திரிகைகளில் எங்களிடம் ரகசியமான பல திட்டங்கள் இருக்கின்றன என்று எழுதிக்கொண்டு வருவதையும் படித்து வருகிறேன்.

நான் ஒரு பத்திரிகையில் படித்தேன். 'அணுகுண்டுக்கு எதிரான அணுகுண்டுகளும் எங்களிடம் இருக்கின்றன. நவீன விஞ்ஞானப் போருக்கு எதிரான அதிநவீன விஞ்ஞானக் கருவிகளும் எங்களிடம் இருக்கின்றன. அமெரிக்க நாட்டில் இருந்து கொண்டே ஒரு பொத்தானை அமுக்கினால் போதும். நாங்கள் நினைக்கும் நாடுகள் நிர்மூலமாகிவிடும்' என்றும் சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

என்னால் இந்த முரண்பாடான பயமுறுத்தல்களைப் புரிந்து கொள்ளவே முடியவில்லை.

ஒருவரைப் பார்த்து நான் பயப்படாமல் இருந்தால், என் பையில் உன்னை அழிப்பதற்கான துப்பாக்கி இருக்கிறது என்று சொல்ல வேண்டுமா?

அப்படிப்பட்ட துப்பாக்கி என்னிடம் இருந்தால் நான் ஏன் அவரைப் பார்த்துப் பயப்படவேண்டும்?

அமெரிக்க நாட்டின் குடியரசுத் தலைவராக என்னை நியமித்தால் என்ன செய்வேன் தெரியுமா?

அடுத்தநாளே ரஷ்யாவுக்குச் செல்வேன். நாம் இருவரும் சகோதர நாடுகளாகவே இருப்போம். அணுகுண்டுகளைத் தயாரிப்பதில் நாம் இனிமேல் போட்டிப் போட்டுக்கொண்டு இருக்க வேண்டியதில்லை.

நாட்டை உயர்த்தும் விஞ்ஞான விந்தைகளை நமக்குள் பகிர்ந்து கொள்வோம்.

இதுவரையில் நமக்குள் இருந்த வேற்றுமைகளை மறந்து நண்பர்களாக இருப்போம் என்று சொல்வேன்.

அதேசமயத்தில் ரஷ்யத் தலைவரைப் பார்த்து நீங்கள் என்னை அழிக்க விரும்பினால் நான் நிராயுதபாணியாகத்தான் உங்கள் முன் நிற்கிறேன். நீங்கள் என்னை சுட்டு வீழ்த்தி விடுங்கள் என்று சொல்வேன்.

இதைக் கேட்கும்போது பகுத்தறிவுக்கோ, தொகுத்தறிவுக்கோ பொருந்தாத பைத்தியக்காரச் செயலாகப் பலருக்குத் தோன்றலாம்.

நூற்றுக்கு நூறு மனத்தூய்மையுடனும், சத்தியத் துடனும் செயல்படுவதே சரியான வழியாகும்.

இவ்வாறு அமெரிக்கா நாட்டுத் தலைவரும், ரஷ்ய நாட்டுத் தலைவரும் ஒருவருக்கொருவர் நேரில் பேசிக் கொண்டால், இரண்டு நாடுகளும் நட்பு நாடாகிவிடும். பகை உணர்ச்சி மறைந்துவிடும்.

குறைந்தபட்சம் அமெரிக்கா தம்மிடம் இருக்கும் பயங்கர போர்க்கருவிகளையும், அணுகுண்டுகளையும் அழித்து விடவேண்டும்.

இவ்வாறு அமெரிக்கா செய்யுமானால் என்ன நேரிடும் ?

ரஷ்ய நாடு அமெரிக்க நாடு செய்வதைப்போல தாமும் மேற்கொள்வதைத் தவிர வேறு வழியில்லை.

இப்படிப்பட்டக் காரியத்தில் அமெரிக்க நாடும், ரஷ்ய நாடும் இப்போது ஈடுபட்டு இருக்கின்றன. அவற்றில் ஓரளவு வெற்றியும் பெற்று இருக்கின்றன. இரண்டு நாடுகளும் மனத்தூய்மையுடனும் சத்தியத்துடனும் நடந்து கொள்வதாகத் தெரியவில்லை.

ரஷ்யாவினாலோ வேறு நாடுகளினாலோ அமெரிக்காவை அழித்து விடுவது அவ்வளவு எளிதான காரியமும் இல்லை.

தாழ்வு மனப்பான்மை உள்ளவர்களின் நடத்தைக்கு ஒரே காரணம்தான் இருக்கிறது. அது பயம்தான்.

உயர்ந்த வாழ்க்கைக்கு உரிய லட்சியமும், அதை நிறைவேற்றும் தைரியமும் ஒருவரிடம் இருந்தால் அவருக்கு எந்தத் தீங்கும் வராது.

இது தனிமனிதனுக்கும் பொருந்தும். சமுதாயத்துக்கும் பொருந்தும். மிகப்பெரிய குடியரசு நாடுகளுக்கும் பொருந்தும்.

இதைத்தான்,

அச்சமே கீழ்களது ஆசாரம் எச்சம்
அவாஉண்டேல் உண்டாம் சிறிது

என்கிறார் திருவள்ளுவர்

பயம் பூஜ்யமாக வேண்டும். அப்போது இந்த நாட்டில் எல்லாச் செல்வங்களும் தாமே நம்மை வந்து அடையும். அதுமட்டுமல்ல, மரணத்தைக்கூட வென்று வாழலாம் என்று வள்ளல் பெருமான் தம் அனுபவத்தையே சொல்கிறார்.

மனிதன் பரிபூரண மனிதனாக வாழவேண்டுமானால் அவன் ஐந்து தீமைகளில் இருந்து விடுபட வேண்டும்.

ஐந்து தீமைகள் என்ன ?

கொலை, பொய், களவு, காமம், தானம் பெறுதல் ஆகிய ஐந்தும்தான்.

இந்தத் தீமைகளிலிருந்து விடுபடுவதற்கு மனிதன் முயல வேண்டும்.

இதற்கு மனம் ஒருமுகப்பட வேண்டும். மனம் ஒருமுகப்படுவதற்கு தியானப் பயிற்சியை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

தியானத்தை முறைப்படி செய்து வந்தால் மேலே சொன்ன ஐந்து வகையான தீமைகளில் இருந்து விடுபடலாம். இந்தத் தீமைகளில் இருந்து விடுபட்டவுடன் ஒரு மனிதனுக்கு வேண்டிய எல்லா செல்வங்களும் தாமே அவனை வந்து சேரும்.

தியானத்தை முறைப்படி செய்பவர்கள் தங்கள் வாழ்க்கையில் ஒழுக்கத்தை மேற்கொள்வார்கள்.

ஒழுக்கத்தில் மிக உயர்ந்த ஒழுக்கம் மற்றவர்கள் பொருளைத் திருடாமல் இருப்பதுதான்.

இந்த ஒழுக்கத்தை மேற்கொண்டு வாழும் யோகிக்கு எல்லாச் செல்வங்களும் தாமே வந்து சேரும் என்பதை பதஞ்சலி முனிவர் இந்த சூத்திரத்தில் வலியுறுத்துகிறார்.

இந்த ஒழுக்கத்தை மேற்கொள்வதற்கு முடியாமல் இருப்பதற்குக் காரணமாக இருப்பது பயம்தான்.

பயத்தைப் போக்குவதற்குத் தனிமனித வாழ்க்கையிலும் சமுதாய வாழ்க்கையிலும் மாற்றங்கள் ஏற்பட வேண்டும்.

நான் ஒரு பத்திரிகையில் படத்துடன் கூடிய செய்தி ஒன்றைப் பார்த்தேன்.

அதில் தொலைபேசிக் கருவி ஒன்றை ஒருவர் பாதுகாப்பான இடத்தில் பூட்டி வைத்துக்கொண்டு இருக்கிறார்.

''தொலைபேசிக் கருவியை ஏன் பூட்டி வைக்கவேண்டும்?'' என்று சிலருக்கு சந்தேகம் ஏற்படலாம்.

இந்தத் தொலைபேசிக் கருவி நாம் உபயோகப் படுத்துவது போன்ற சாதாரண தொலைபேசிக் கருவி இல்லை.

அந்தத் தொலைபேசிக் கருவி 'ஹாட்லைன்' கருவி. அதாவது அந்தக் கருவியின் மூலம் நேரடியாகப் பிரதம மந்திரியுடன் உடனே பேச முடியும். ஜனாதிபதியுடனும், சேனாதிபதிகளுடனும் நேரே தொடர்பு கொள்ள முடியும்.

அதனால் அந்தத் தொலைபேசிக் கருவியைப் பூட்டி வைத்திருப்பதுடன் அதற்குக் காவலாக அதன் பக்கத்திலேயே ஒருவர் இரவும் பகலும் உட்கார்ந்து கொண்டும் இருக்கிறார்.

ஹாட்லைன் தொலைபேசிக் கருவியை மிகுந்த கவனத்துடன் பாதுகாக்காவிட்டால், அதன் மூலமாக பயங்கர விளைவுகளை எதிர்பார்க்க வேண்டி இருக்கும்.

விளைவு துன்பம்; துன்பம்; துன்பம்தான்!

உலகத்தைச் சுற்றிக் கொண்டிருந்த துணைக் கோள்கள் பல செயல் இழந்து சிதறி பூமியில் விழுந்து கிடக்கின்றன.

அப்படிச் சிதறிய துணைக்கோள்களின் பாகங்களைப் பற்றிய விவரங்களை இன்றைய விஞ்ஞானிகள் தயாரித்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

துணைக்கோள்களின் சிதைந்த பாகங்களின் பட்டியலைத் தயாரிப்பதற்கு என்ன அவசியம்?

அவை துணைக்கோள்களின் சிதைவுகளா? ஏவுகணைகளின் சிதைவுகளா? முதலிய சந்தேகங்களுக்கு விளக்கம் தெரிந்து கொள்வதற்காகத்தான்.

காரணம் ஒரு கண்டத்தை விட்டு இன்னொரு கண்டத்துக்குச் செல்லும் ஏவுகணைகளால் உண்டாக்க முடியாத கொடிய அழிவுச் செயல்களை துணைக்கோள்களே செய்துவிட முடியும்.

துணைக்கோள்களின் சிதறிய பாகங்களைப் பரிசோதிப்பதின் மூலமாக ஒரு குறிப்பிட்டத் துணைக்கோள் அழிவு வேலைக்கு அனுப்பப்பட்டதா? ஆக்க வேலைக்கு அனுப்பப்பட்டதா? அவை தாமே செயல் இழந்தவையா? மற்ற கருவிகளால் செயல் இழக்கப்பட்டவையா? என்பனவற்றைத் தெரிந்து கொள்ள முடியும்.

இதற்காகவே விஞ்ஞானிகள் துணைக்கோள்களின் சிதைந்த பாகங்களின் பட்டியலைத் தயாரித்துக்கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

துணைக்கோள்களிலோ, துணைக்கோள்களை நெறிப்படுத்தும் தொலைத் தகவல் கருவிகளிலோ கவனக் குறைவால் சிறிய தவறு நேர்ந்தாலும் உலகத்துக்கே ஆபத்து ஏற்படலாம்.

மனிதன் எப்போதும் தவறு செய்யக்கூடியவன்.

இந்தச் சூழலில் மிக ஆபத்தான உலகை அழிக்கும் கருவிகளைச் சுமந்து கொண்டு எத்தனைத் துணைக் கோள்கள் பூமியை சுற்றிக் கொண்டிருக்கின்றனவோ? யாருக்குத் தெரியும்?

இப்படிப்பட்ட துணைக்கோள்களினால் உலகத்துக்குத் தீங்கு நேராது என்று எந்த விஞ்ஞானியாவது உறுதி கூற முடியுமா?

எனவே இந்தக் காலத்து விஞ்ஞான விந்தைகளால் நமக்கு எப்போது வேண்டுமானாலும், எந்த வகையிலும் ஆபத்து ஏற்படலாம் என்று எண்ணி, எண்ணிப் பயந்து பயந்து நடுங்கிக்கொண்டே இருக்கிறோம்.

நம்முடைய முன்னோர் மாட்டு வண்டிகளிலும், குதிரை வண்டிகளிலும் பயணம் செய்துகொண்டு இருந்தார்கள். அந்த வண்டிகளால் மனிதகுலத்துக்குப் பயங்கரமான ஆபத்து ஒன்றும் நேர்ந்துவிடாது. அதனால் அவர்கள் தம்மைவிட மகிழ்ச்சியாகவும், பாதுகாப்பாகவும், அமைதியாகவும் வாழ்ந்து வந்தார்கள்.

நாம் சாப்பிடும் உணவைபோல அவர்கள் சாப்பிட்டு வந்த உணவு நேர்த்தியான உணவு என்று சொல்ல முடியாமல் இருக்கலாம்.

அவர்கள் வான் ஒளிக் கருவி இல்லாமலும், தொலைக்காட்சிப் பெட்டிகள் இல்லாமலும் வாழ்ந்திருக்கலாம்.

மின்சாரக் கருவிகள் இல்லாமலும், விஞ்ஞானக் கணிப்பொறிகள் இல்லாமலும், ஒலியைவிட வேகமாகச் செல்லும் ஆகாய விமானங்கள் இல்லாமலும் வாழ்ந்திருக் கலாம்.

ஆனால் அவர்கள் நம்மைவிட ஆனந்தமாகவும், ஆரோக்கியமாகவும், அமைதியாகவும் வாழ்ந்து வந்தார்கள் என்பதை யாரும் மறுக்க முடியாது.

கணம்தோறும் மரண பயத்துடன் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் இன்றைய அஞ்ஞானத்துடன் கூடிய விஞ்ஞான வாழ்க்கையில் இருந்து விடுபடுவதற்கு, விரைவில் நாம் செயல்பட்டாக வேண்டும்.

எத்தனை காலத்துக்கு எப்போது என்ன நேருமோ என்ற பயத்துடன் வாழ்ந்துகொண்டு இருப்பது ?

இவற்றை எல்லாம் பார்க்கும்போது செல்வம் என்பது பணத்திலோ, ஆடம்பரமான விஞ்ஞான வாழ்க்கையிலோ இல்லை என்பதைத் தெளிவாகப் புரிந்துகொள்ளலாம்.

பயத்தினால் நாம் வரம்பு கடந்து பெருக்கிக் கொண்டிருக்கும் அஞ்ஞானத்துடன் கூடிய விஞ்ஞான வாழ்க்கையிலும், விவேகமில்லாத வேகம் நிறைந்த கணிப்பொறிகள் காட்டும் வாழ்க்கையிலும் மிதந்துகொண்டு இருக்கிறோம்.

இந்த வாழ்க்கையெல்லாம் உண்மையான செல்வத்துடன் கூடிய வாழ்க்கை என்று சொல்ல முடியாது.

உண்மையான செல்வத்தை உடையவர்கள் யார்?

மன அமைதியும், மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கையும் உடையவர்கள்தான் உண்மையான செல்வந்தர்கள்.

இவர்களுக்குச் சரியான வழியைக் காட்டி வாழ்க்கையில் எப்போதும் ஆனந்தமயமாக இருக்கும்படிச் செய்வது தெய்வ பக்திதான்.

இதைத்தான் 'வேகம் கொடுத்து ஆண்ட வேந்தன் அடி வெல்க!' என்று பாடிப் பரவுகிறார் மாணிக்கவாசகர்.

உலகத்தைச் சீர்திருத்தி உயர்த்தக்கூடிய ஆற்றல் நம் கையில் இல்லை. இறைவனிடம்தான் இருக்கிறது.

அஞ்ஞானத்துடன் கூடிய விஞ்ஞான வாழ்க்கையில் மூழ்கிக் கிடக்கும் உலகத்தை திடீர் என்று நம்மால் மாற்றிவிட முடியும் என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

நம்மிடம் இருக்க வேண்டியுது என்ன?

இந்த உலகத்திலேயே மகிழ்ச்சியுடனும் அமைதியுடனும் வாழ்வது எப்படி என்பதைத் தெரிந்து கொள்வதுதான்.

நாம் இவ்வாறு வாழ்கின்ற முறையைக் கற்றுக் கொண்டோமானால் இந்த உலகமே அழிந்தால்கூட அது நம்மைப் பாதிக்காது.

அபாயமும், அதிர்ச்சியும் தரக்கூடிய விவேகமற்றச் சூழ்நிலையிலும் நாம் மகிழ்ச்சியுடன் வாழ முடியும்.

இத்தகைய வாழ்க்கை முறையைத்தான் 'பெரு நெறி' என்று ஞானயோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

பெருநெறியில் நின்று ஆனந்தமயமாக வாழ்வதற்குப் பழகிக்கொண்டோமானால் நம் மகிழ்ச்சி நிறைந்த வாழ்க்கையை யாராலும் குலைக்க முடியாது.

என்ன நேர்ந்தாலும் சரி, பூகம்பமே ஏற்பட்டாலும் சரி. உலகமே அழிந்து போனாலும் சரி, பெருநெறியில் நின்று வாழ்பவர்கள் தங்கள் எதிர்காலத்தைப் பற்றி எந்தவிதமான பயமும் இல்லாமல் நிம்மதியாக இருக்கலாம்.

சென்ற காலத்தில் இருந்து வரும் தீமைகளைப் பற்றியும் பயப்பட வேண்டியதில்லை.

இந்த நிமிஷத்தில் இருந்தாவது இன்பமாக வாழ்வதற்கு உரிய நெறி பெருநெறிதான் என்பதை உணர்ந்து கொள்வோம்.

ஆணவம் சிறிதும் இல்லாத பெருநெறியில் நின்று வாழ்பவர்களிடம் மகிழ்ச்சியும் பாதுகாப்பும் நிறைந்து இருக்கும்.

முதலில் நாம் உலகத்தை மாற்றுவதற்கு முயற்சிக்க வேண்டியதில்லை. நம்மை நாமே மாற்றிக்கொண்டாலே போதும். விடுதலை பெற்றப் பறவையைப் போல ஆனந்த வாழ்வில் மிதக்கலாம்.

நம்முடைய பெருநெறி வாழ்க்கையானது நம்மை மட்டும் அமைதியாக ஆனந்தமாக வாழச் செய்வதுடன், நம்மைச் சூழ்ந்திருப்பவர்களையும் அமைதியாகவும், ஆனந்தத் துடனும் வாழும்படிச் செய்யும்.

ஆனந்தமும், அமைதியும் தொற்றுநோய்போல் வெகு வேகமாகப் பரவும் ஆற்றல் உடையன.

நாம் ஒருவரைப் பார்த்து புன்முறுவல் செய்தோமானால் அவரும் நம்மை பார்த்துப் புன்முறுவல் செய்வார்.

இது நம் உடலில் இருந்து வேலை செய்கிற பரிவு நரம்பு மண்டலம் செய்யும் அதிசயங்களில் ஒன்றாகும்.

இன்பம் என்கிற இனிமையான நோயை வெகு எளிதில் மற்றவர்களிடம் பரப்பவும் முடியும்.

இந்தக் கணத்திலேயே மரணம் நம்மை நோக்கி வந்தாலும், அதை மிகுந்த மகிழ்ச்சியுடன் ஏன் வரவேற்கக்கூடாது ? அதைக் கண்டு ஏன் பயப்படவேண்டும் ?

கவலையற்ற வாழ்க்கையை, பயமில்லாத வாழ்க்கையை நன்றாக நெறிப்படுத்தப்பட்ட மனதை உடையவர்களால்தான் அடைய முடியும்.

கவலையற்று ஆனந்தமயமாக யாரால் வாழமுடியும் தெரியுமா ? தனக்கென்று வாழாத ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கமுடன் வாழ்கின்ற பெருநெறியாளர்களால்தான் வாழமுடியும்.

இதனால்தான் 'பெருநெறி பிடித்து ஒழுக வேண்டும், மதமான பேய் பிடியாது இருக்க வேண்டும்' என்று இறைவனை வேண்டுகிறார் வள்ளலார்.





38. ப்ரஹ்மசர்ய ப்ரதிஷ்டாயாம் வீர்ய லாபம் :

மனதை ஒருமுகப்படுத்துவது அல்லது பிரம்மசரிய வாழ்க்கையை மேற்கொள்வது மனிதனிடம் இருக்கும் ஆற்றலை வளர்க்கிறது. சக்தியைப் பெருக்குகிறது.

வீர்யம் என்றால் ஆற்றல்; சக்தி என்று பொருள்.

லாபம் என்றால் செலவைவிட அதிகமான வருவாய் என்று அர்த்தம்.

வீர்யத்தை இழக்காமல் இருக்கும் வரையில் உயிர்ச்சக்தி நம்மிடம் ஓங்கி வளர்ந்துகொண்டே இருக்கிறது.

இம்மாதிரியான உயிர் ஓட்டம் நிறைந்த ஆற்றலை சேமிப்பதன் மூலமாகப் பல நன்மைகளை மனிதன் அடைந்து உயரமுடிகிறது.

இதைப்பற்றிய அறிவு மனிதனுக்கு மிக மிக அவசியமானது.

ஒருவரை பலதரம் காதலிப்பதாலும், அவர்களுக்கு தம்மையே பலமுறை அர்ப்பணிப்பதாலும் அவர் தம்முடைய வாழ்க்கையின் அடிப்படையான உயிர்ச்சக்தியையும், அதன் மகத்தான பயனையும் இழந்து விடுகிறார்.

இதைத்தான் ''ஆற்றல் நல் அறம் அல்லது இல்லாமையால்'' என்கிறார் கவிச்சக்ரவர்த்தி கம்பர்.

எதைப்பற்றியும் சிந்திக்காமல் காதலர்கள் ஒருவருக்கு ஒருவர் தம்மை அர்ப்பணம் செய்து கொள்கிறார்கள். அதனால் உடலிலும், உள்ளத்திலும் இருக்கும் ஆக்கம் தரும் உயிரோட்டமுள்ள சக்திகளை விரயமாக்குகிறார்கள்.

உள்ளத்திலும் உடலிலும் போதுமான ஆற்றல் இல்லாத ஒருவரால்தான் ஆன்மிக வாழ்க்கையில் உயரவே முடியாது.

வாலிபப் பருவத்தில் இருக்கும் ஆண்களிடமும், பெண்களிடமும் வீர்யத்தைப் பற்றிய போதுமான அறிவு இல்லாததால் அவர்கள் தங்களுடைய வாழ்க்கையை வீணடித்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள். குழப்பமான முறைகேடான நடத்தையுடன் இருந்து வருகிறார்கள்.

'ஒருவரை நேசித்த பிறகு அவருக்குத் தன்னை அர்ப்பணிப்பதை எப்படி நிறுத்த முடியும்?' என்று வாலிபப் பருவத்தில் இருப்பவர்கள் கேட்கிறார்கள்.

காதல் நோய்க்கு அடிமைப்பட்டிருப்பவர்களிடம் ஒருவருக்கு ஒருவர் எதைக் கொடுத்துக் கொள்வது என்பதைப் பற்றிய அடிப்படை அறிவே இல்லாமல் இருக்கிறார்கள்.

ஒருவருக்குச் செய்யும் உதவி அவர் கொடுக்கும் பொருளினால் மதிக்கப்படுவதில்லை. உதவி பெறுபவரின் உயர்ந்த தன்மையினால்தான் உதவி செய்யும் பொருளின் மதிப்பே உயர்கிறது.

சில சமயங்களில் அவர்கள் கொடுப்பது 'எயிட்ஸ்' போன்ற கொடிய நோயாகவே இருக்கிறது.

தன்னுடைய உடல் ஆரோக்கியத்தை!!யும், மற்றவருடைய உடல் ஆரோக்கியத்தையும் சீரழித்துக் கொள்வதையே காதல் என்று சொல்லிக் கொள்கிறார்கள்.

உள்ளன்புடன் நேசிக்கும் ஒருவருடைய இரத்தம் முழுவதையும் வெளியேற்றுவதையும், அவருடைய உடலை விஷத்தன்மையுடையதாக மாற்றுவதுதான் காதலா?

இப்படி முறையற்ற வழியில் காதல் புரிவது சிந்தனையற்ற – சுயமைத்தன்மையுடைய வெறிச் செயலே ஆகும்.

ஒரு குழந்தையிடம் பாசத்துடன் இருக்கிறோம். அந்தக் குழந்தையை மனப்பூர்வமாக நேசிக்கிறோம்.

அந்தக் குழந்தையோ அதிகமான இனிப்பை வாங்கித்தரச் சொல்லி அடம் பிடிக்கிறது.

நாம் என்ன செய்கிறோம்? “இந்த இனிப்பு உன் உடம்புக்கு நல்லது இல்லை. அது உனக்கு வேண்டாம். வேண்டுமானால் ஒரே ஒரு சாக்லெட் வாங்கித் தருகிறேன். ஒரு பெட்டி சாக்லெட்டை வாங்கிக் கொடுக்க மாட்டேன்” என்று சொல்லி குழந்தையைச் சமாதானப்படுத்துகிறோம்.

இதைக்கேட்டு குழந்தை மகிழ்ச்சியடையவில்லை என்பது நமக்குத் தெரிகிறது. இருந்தாலும் குழந்தையை நாம் உண்மையாக நேசிப்பதால் அதன் ஆரோக்கியத்தில் மிகவும் கவனமாக இருக்கிறோம்.

வாழ்க்கையில் பிரம்மசரியத்தை மேற்கொள்வது இதைப் போன்றதுதான்.

விந்துவும், நாதமும் உடல் ஆரோக்கியத்தையும் மனோ சக்தியையும் வளர்க்கும் ஆற்றல் உள்ளவை. மூளையின் சக்தியையும் நரம்புகளின் உறுதியையும் பேணிப் பாதுகாக்கும் வல்லமை பொருந்தியவை.

படைப்பின் ஆற்றலுக்கு உரிய விந்துவும், நாதமும் தேவைக்கு அதிகமாக வெளியேறி விடுவதால் நரம்பு மண்டலங்களின் ஆற்றல் சிதைந்து விடுகின்றன. சிந்தனா சக்தியோ மங்கிப் போகிறது.

ஓர் ஆணும் பெண்ணும் உடல் உறவு கொள்வதுதான் காதல் என்று சொல்வது போன்ற பைத்தியக்காரத்தனம் வேறு ஒன்றும் இல்லை.

தந்தை மகனை நேசிப்பதும், தாய் மகனை நேசிப்பதும், அண்ணன் தங்கையிடம் பாசத்துடன் இருப்பதும், அக்காள் தம்பியிடம் எல்லையற்ற அன்பு காட்டுவதும் காதலின் வகைகளைச் சேர்ந்தவைதான் என்பதை மறந்துவிடக்கூடாது.

உடல் உறவு கொள்வது மட்டுமே காதல் என்று வைத்துக் கொண்டால் ஒருவனுக்கு ஒருத்தி – ஒருத்திக்கு ஒருவன் என்ற தத்துவமே அடிபட்டுப் போய்விடும்.

ஒருவரோ – ஒருத்தியோ ஒருவரோடு ஒருவர் உடல் உறவு கொள்வதுடன் திருப்தி அடைய மாட்டார்கள். அவர்கள் விலங்குகளைப் போல தங்கள் உடல் உறவை விரித்துக் கொண்டே செல்வார்கள்.

இது எப்படி மனிதத் தன்மையாகும்?

தினம், தினம் ஒருவன் ஒருத்தியுடன், ஒருத்தி ஒருவருடனும் உடல் உறவு கொள்ளும் வேகம் இருந்து கொண்டு இருந்தால் இதற்கு முடிவு ஏது?

இதைத்தான், "மெய்யில் தீரா மேவரு காமம்" என்று சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

வெறும் உடல் உறவினால் மட்டும் நிறைவேறுவது அல்ல காமமும் காதலும்.

இதைத்தான், "மலரினும் மெல்லிது காமம்" என்கிறது திருக்குறள்.

நாதமும், விந்துவும்தான் நமது வாழ்க்கைக்கே அடிப்படையான ஆக்கச் சக்தியைக் கொடுக்கும் பொருள். நாதத்தையும், விந்துவையும் ஒழுக்கமுடன் சேமித்தோமானால் அது நமக்கு மகத்தான ஆற்றலைக் கொடுக்கும். நாதமும் விந்துவும் உடல் முழுவதும் பரவி சக்தி வாய்ந்த உயிர் ஆற்றலாக மாறிச் செயல்படும்.

இது ஆணுக்கும், பெண்ணுக்கும் பொதுவான தத்துவமாகும்.

நாதமும் விந்தும் உயிர் ஆற்றலாக மாறிச் செயல்படும்போது தனி மனித வாழ்க்கை மட்டும் உயர்வதுடன் சமுதாய வாழ்க்கையை உயர்த்தும் வித்தகத்தையும் செய்யும்.

'பாட்டரி' முழுமையான ஆற்றலுடன் இருக்கும்போது தான் அது இருக்கும் 'பாட்டரி லைட்' பிரகாசமான ஒளியைக் கொடுக்கும்.

அதேபோல முழுமையான ஆற்றலுடன் இருக்கும் பாட்டரியின் மூலம்தான் ஒரு கார் செம்மையாக இயங்கவும் செய்யும். குறைந்த சக்தி உள்ள பாட்டரி இருக்கும் பாட்டரி லைட்டில் இருந்து வெளிச்சம் வராது.

ஒரு மோட்டார் கார் கிளம்பவேண்டு மென்றால் ஆற்றல் நிறைந்த பாட்டரி அதனுள் இருக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் கார் கிளம்பாது. காரைத் தள்ளிக்கொண்டு இருக்க வேண்டியதுதான்.

பிரம்மசரிய ஒழுக்கத்தை மேற்கொள்வதன் மூலமாகச் சக்தி வாய்ந்த பாட்டரியின் ஆற்றலுடன் நம்மால் செயல்பட முடியும்.

இந்த அடிப்படை ஞானம் ஒரு யோகியின் மனதில் எப்போதும் தெளிவாக இருக்க வேண்டும். யோகத்தைக் கற்றுக் கொடுப்பது எளிதான காரியம் அல்ல. சரித்திரப் பாடத்தையோ, பூகோள பாடத்தையோ கற்பிப்பது போன்ற காரியம் அல்ல யோகத்தைக் கற்றுக் கொடுப்பது.

உண்மையான யோக ஆசிரியர் தம்மிடம் உள்ள யோக சக்தியின் ஒரு பகுதியையே மாணவனுக்கு தம் யோக ஆற்றலால் பாய்ச்சுகிறார்.

யோக ஆசிரியர் முழுயோக ஆற்றலுடன் இல்லாவிட்டால் அவரிடம் யோக ஆற்றல் குறைந்து இருந்தால் அவரால் எப்படி தம் மாணவனுக்கு யோக ஆற்றலைப் பாய்ச்ச முடியும் ?

எனவே யோக ஆசிரியர் பிரம்மசரிய ஒழுக்கத்தைக் கடைப்பிடிப்பதன் மூலமாக அவர் உயிர் அணுக்கள் முழுவதிலும் யோக ஆற்றல் நிரம்பித் ததும்பும்படி தம்மைத் தயார் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

நான் இப்படிச் சொல்வதால் ஒரு யோகி சிற்றின்பத்தில் ஈடுபடுவதே தவறு என்று சொல்வதாக நினைக்கக் கூடாது.

கூடுமான வரையில் நாதமோ, விந்துவோ வீணாகாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

இறைக்கின்ற கிணற்றில் தான் தண்ணீர் ஊறும். ஏற்றத்தின் மூலமாகக் கிணற்றில் தண்ணீரை இறைத்தால் கிணற்றின் தண்ணீர் தூய்மையாகவும் தொடர்ந்து சுரந்துகொண்டே இருக்கும்.

அதே கிணற்றில் சக்தி வாய்ந்த மின்சார மோட்டாரை வைத்து இறைத்தால், கிணற்றில் தண்ணீர் வற்றிப் போகும். அத்துடன் தண்ணீர் சுரக்கும் ஊற்றுக் கண்ணும் அடைபட்டுப் போகும்.

இதைத்தான், "யோகமும் போகமும் யோகியர்க்கு ஆகும்" என்பார்கள்.

இல்லற வாழ்க்கையில் இருப்பவர்கள் மாதம் இருமுறை உடல் உறவு கொள்வது போதுமானது என்று ஞானயோகிகள் அதற்கு வரம்பு கட்டி இருக்கிறார்கள்.

ஒரு குழந்தையோ, இரண்டு குழந்தையோ பிறந்தவுடன் இல்லறத்தில் இருப்பவர்களும் பிரம்மசரிய ஒழுக்கத்தை மேற்கொள்வதுதான் யோக நெறியாகும்.

இரண்டு பங்குதாரர்கள் சேர்ந்து ஒரு வியாபாரம் செய்தால் வியாபாரத்திற்கு வேண்டிய மூலதனத்தைக் காப்பாற்றிக் கொள்ள வேண்டியது இரண்டு பேருடைய பொறுப்புமாகும்.

அதுபோலத்தான் இல்லற வாழ்க்கையில் நாதத்தையும், விந்தையும் வீண் போக்காமல் காப்பாற்றும் பொறுப்பு கணவனுக்கும் உண்டு. மனைவிக்கும் உண்டு.

நமது இந்து சமயத்தில் பிரம்மசரியம், கிரகஸ்தம், வானப்பிரஸ்தம், சந்நியாசம் என்று நான்கு ஆசிரம நிலைகள் இருக்கின்றன.

முதல் நிலை பிரம்மசரியம், கல்விப் பயிற்சி முடியும் வரையில் பிரம்மசரியத்தைக் கட்டாயம் காப்பாற்றி வர வேண்டும்.

அப்போதுதான் சிறந்த மாணவனாக விளங்க முடியும். உபாத்தியாயர் சொல்வதை ஆற்றலுடன் கிரகித்துக் கொள்ளவும் முடியும்.

மாணவனால் மிகச்சிறந்த நுண் அறிவுடன் விளங்க முடியும்.

இந்தக் காலத்து உயர்நிலைப் பள்ளிகளிலும், கல்லூரிகளிலும் பாடத்திட்டங்களில் ஆன்மிகப் பயிற்சியே கிடையாது. அதற்கு மாறாக, வெறும் காதலைப் பற்றித்தான் படிக்கிறார்கள். மனித உருவில் இருக்கும் விலங்குகளையே இன்றைய கல்வி நிறுவனங்கள் தயாரித்து அனுப்பிக்கொண்டு இருக்கின்றன.

அது போகட்டும்.

படிப்பு முடிந்தவுடன் பிரம்மசரிய ஆஸ்ரமத்தில் இருந்து கிரகஸ்த ஆஸிரமத்துக்குச் செல்லுவார்கள். ஆண் ஒரு பெண்ணையும், பெண் ஒரு ஆணையும் தன்னுடைய உடலில் ஒரு பாதியாக – பாகமாக ஏற்றுக்கொண்டு இல்லற வாழ்வை நடத்துவார்கள். இது தனி வாழ்க்கையில் இருந்து பொது வாழ்க்கையைத் தொடங்குவதற்கு முதல் படியாக அமைகிறது.

இல்லற வாழ்க்கையின் அடிப்படையானது ஆணின் அழகிலோ பெண்ணின் அழகிலோ இல்லை.

இந்த உடல் அழகு காலத்தால் அழியக்கூடியது. எவ்வளவு ஒப்பனை செய்து கொண்டாலும் இழந்துபோன உடல் அழகை மீண்டும் பெற முடியாது.

உண்மையான அழகு, அழிந்து போக முடியாத அழகு ஆண், பெண் இருவரிடமும் இருக்கிறது. அவர்களிடம் பொது அளவாகவும் அமைந்து இருக்கிறது.

அதுதான் அவர்களுடைய பண்பு, ஒழுக்கம், பரந்த எண்ணம், எல்லா உயிர்களிடத்திலும் அன்பு காட்டும் உணர்வு, உயர்ந்த குறிக்கோளுடன் வாழ்க்கையை நெறிப்படுத்திக் கொண்டு வாழ்வது.

இப்படிப்பட்ட குறிக்கோளுடன் இல்லற வாழ்க்கையை நடத்தும் தம்பதிகளுக்குப் பிறக்கும் குழந்தையும், உயர்ந்த குறிக்கோளுடன் கூடியதாகவே விளங்கும்.

மிக உயர்ந்த குறிக்கோளுடன், சிறந்த ஒழுக்கத் துடனும் விசாலமான மனத்துடனும், சத்திய நெறியுடனும் கூடிய குழந்தை அவர்களுக்கு மட்டும் உரிய செல்வம் அல்ல.

இந்த உலகத்துக்கு அந்தத் தம்பதிகள் வழங்கிய ஒப்பற்ற செல்வமாகும். இதுதான் இல்லற தர்மத்தின் லட்சியமும் ஆகும்.

உயர்ந்த குறிக்கோளில் இருப்பவர்கள் ஒரு குழந்தையுடனோ இரண்டு குழந்தையுடனோ தங்கள் இல்லற வாழ்க்கையில் மனநிறைவு பெறுவார்கள்.

ஏன்! விலங்குகள் கூட உடல் உறவில் ஒழுக்கத்தைக் கடைப் பிடிக்கின்றன.

ஒரு பெண் நாய் கருவுறறால், அதனிடம் எந்த ஆண் நாயும் நெருங்காது.

சிங்கம் ஒரு குட்டிதான் போடும்.

பன்றியோ பல குட்டிகளைப் போடும்.

சில விலங்குகள் மற்றவர்கள் பார்க்கும்படி சிற்றின்பத்தை மேற்கொள்வது இல்லை. இதற்கு யானை ஓர் எடுத்துக்காட்டாக இருக்கிறது.

எனவே இந்து சமயத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் கிரகஸ்த ஆஸ்ரமத்தில் இல்லற வாழ்க்கையில் அதற்கு உரிய ஒழுக்கத்துடனும், உயர்ந்த குறிக்கோள்களுடனும் நடந்து கொள்வார்கள்.

அப்படி நடந்துகொள்பவர்களைத்தான் இந்து சமயத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் என்று சொல்லவும் முடியும்.

இந்து தர்மத்தின்படி கிரகஸ்த ஆஸ்ரமம் முடிந்தவுடன் வானப் பிரஸ்த ஆஸ்ரமம் தொடங்குகிறது.

இல்லற வாழ்க்கையின் கடமைகள் முடிந்ததும் பொதுப்பணி செய்வதில் கணவன் மனைவி இருவரும் ஈடுபடுவதுதான் வானப்பிரஸ்த ஆசிரமம்.

இது மனித நிலையில் இருந்து மாமனித நிலைக்கு முன்னேறுவதாகும்.

இதைத்தான் ‘பெரும் திணை’ என்று சொல்கிறது தொல்காப்பியம்.

இதையே 'சிறந்தது பயிற்றல்' என்றும், 'ஆன்மிக வாழ்க்கையின் தொடக்கம்' என்றும் சொல்வார்கள்.

இதன் முழுப் பயனையும் அடைவதற்கு தல யாத்திரை செய்வார்கள். ஆன்மிக வாழ்க்கையை மேற்கொண்டிருக்கும் சான்றோர்களின் ஆசிரமங்களில் தங்கி உபதேசம் பெறுவதும், அதன்படி வாழ்க்கையைத் தொடங்குவதும் உண்டு.

இந்த வானப்பிரஸ்த ஆசிரம வாழ்க்கை சந்நியாச ஆசிரமத்தில் முடிகிறது.

இதை "மோட்ச சந்நியாச யோகம்" என்கிறது கீதை.

சந்நியாச ஆசிரமத்தில் உலக அனுபவ வாழ்க்கை படிப்படியாக முடிந்து விடுகிறது. நிலையான உயிர் அனுபவ வாழ்க்கை தொடங்குகிறது.

இதைத்தான், "இன்பமே எந்நாளும் துன்பம் இல்லை" என்கிறார் அப்பர் பெருமான்.

இதற்குத் துறவு என்ற பெயரைக் கொடுக்கும் திருவள்ளுவர்,

யாதனின் யாதனின் நீங்கியான் நோதல்
அதனின் அதனின் இலன்

என்கிறார். எது எது துன்பம் கொடுக்கிறதோ அது அதில் இருந்து விடுதலைப் பெறுவதுதான் துறவு. வீட்டை விட்டு காட்டுக்கு ஓடுவது அல்ல துறவு.

கணவனும் மனைவியுமாக அவர்கள் இருந்தாலும் கணவனும் மனைவியுமாக வாழமாட்டார்கள். இருவருமே ஒருவரை ஒருவர் தங்கள் ஆன்மிக வாழ்க்கைக்கு வழிகாட்டியாகக் கொள்வார்கள். உயிர்க் குலத்துக்கு இருவரும் மனம் ஒன்றி பணி செய்து வருவார்கள்.

கிரகஸ்த ஆசிரமத்தில் தங்கள் குடும்பத்துக்குப் பணிபுரிந்ததுபோல இப்போது உலக உயிர்களுக்கு எல்லாம் பணிபுரிவார்கள்.

கணவன், மனைவி, மக்கள், உற்றார், உறவினர் என்று இருந்த சிறிய குடும்ப வாழ்க்கை படிப்படியாக விரிவடைந்து

உலக உயிர்கள் எல்லாம் தங்கள் குடும்பம் என்ற நிலைக்கு உயர்ந்து விடுகிறார்கள்.

ஆன்ம நேய ஒருமைப்பாட்டு உரிமையுடன் உயிர்க் குலத்துக்குப் பணி செய்து வருகிறார்கள்.

சந்நியாச ஆசிரமம் என்பது நாலாவது ஆசிரமம். தனிப்பட்டவர் வாழ்க்கையில் ஆணோ, பெண்ணோ, கணவனோ, மனைவியோ விரும்பினால் எந்தச் சமயத்திலும் சந்நியாச ஆசிரமத்தை ஒருவர் மேற்கொள்ளலாம்.

பிரம்மசர்ய ஆசிரமத்தில் இருந்து சந்நியாச ஆசிரமத்துக்குச் செல்லலாம். கிரகஸ்த ஆசிரமத்தில் இருந்தும் சந்நியாச ஆசிரமத்துக்குச் செல்லலாம்.

எது சிறப்புடைய சந்நியாச ஆசிரமம் என்று சொல்லிவிட முடியாது. சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப சந்நியாச ஆசிரமத்திற்குச் செல்கின்ற உணர்வு ஏற்படுகிறது.

ஆணோ, பெண்ணோ உயிர்க்குலத்துக்குப் பணி செய்ய வேண்டும் என்பதற்காக சந்நியாசம் மேற்கொள்ளலாம். பெரியோர்கள் சொல்லுகிறபடி திருமணம் செய்துகொண்டு கிரகஸ்த ஆசிரமத்தையும் மேற்கொள்ளலாம்.

தங்கள் மனம் போன போக்கில் ஒரு ஆண் பெண்ணுடனோ, ஒரு பெண் ஆணுடனோ திருமணம் செய்து கொள்ளாமலே சுதந்திரமாகத் திரிவதுதான் இன்பமான வாழ்க்கை என்று இந்தக்காலத்து வாலிபர்கள் பலர் நினைக்கிறார்கள்.

இது வெறும் பால் உணர்வு வாழ்க்கை. விலங்கு வாழ்க்கையே தவிர உண்மையான மனித வாழ்க்கை அல்ல.

இந்த வாழ்க்கை எதைப் போன்றது ?

பழக்கடைக்கு ஒருவர் செல்கிறார். பழங்களில் ஒன்றை எடுக்கிறார். 'இதன் விலை என்ன ?' என்று கேட்கிறார்.

"ஐந்து ரூபாய்" என்கிறார் பழக்கடைக்காரர்.

"இந்தப்பழம் நல்ல பழமா ? சுவையுள்ளதாக இருக்குமா ?"

"நிச்சயமாக உயர்ந்த ஜாதி பழம். மிகவும் சுவையாக இருக்கும்."

"இந்தப் பழத்தை நான் சுவைத்துப் பார்க்கலாமா?"

"இஷ்டமிருந்தால் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள். பழத்தை வாங்கிக் கொண்ட பிறகு நீங்கள் சுவைத்துப் பார்க்கலாம்" என்கிறார் பழக் கடைக்காரர். இதுதான் முறையாகும்.

சுவைத்துப் பார்த்த பின் பழங்களை வாங்குவது போல, இப்போது கூட்டுறவின் மூலமாகச் சுவைத்துப் பார்த்த பிறகுதான் திருமணம் செய்துகொள்ள பலர் விரும்புகிறார்கள். இது மேற்கு நாடுகளில் நடைமுறையிலேயே இருக்கிறது.

"பழங்களைவிட மனிதர்கள் தாழ்ந்தவர்களா?"

பழக்கடைக்காரர் தம்மிடம் உள்ள பழத்தை விற்பதற்கு முன்னால் அதை எடுத்துச் சுவைத்து மாசுபடுத்துவதற்கு யாரையும் அனுமதிப்பதில்லை.

ஓர் ஆணோ, பெண்ணோ திருமணம் செய்து கொள்வதற்கு முன்னால் ஒருவரை ஒருவர் சுவைத்துப் பார்க்க அனுமதிப்பது எப்படிப் பொருந்தும்?

திருமணம் என்பது தெய்வத்தன்மை உடையது அல்லவா?

இருவரும் தங்கள் தனித்தன்மையான கற்பைப் பேணிக் கொள்ளத் தவறினால் தம்மைத்தாமே மாசுப்படுத்திக் கொள்வது ஆகாதா?

கங்கை நதியில் குளிப்பதற்குப் பதில் சாக்கடையில் குளிப்பது ஆகும். பன்றிகள் அல்லவா சாக்கடையில் குளித்து மகிழும்.

ஒருவனுக்கு ஒருத்தி என்ற திருமண முறைதான் மனித வாழ்க்கை முறையாகும். இதைத்தான் ஏக பத்தினி விரதம் என்று சொல்வார்கள்.

திருமணத்துக்கு முன்னால் ஒருவரை ஒருவர் புரிந்து கொள்வதற்கு நண்பர்களாக இருந்தே புரிந்து கொள்ளலாம். இதைத்தான் 'களவு ஒழுக்கம்' என்று நம் முன்னோர்கள் சொல்லி வந்தார்கள்.

களவு ஒழுக்கத்தின் மூலம் ஒருவரை ஒருவர் புரிந்து கொண்ட பிறகு பெற்றோர்களிடம் தங்கள் கருத்தைச் சொல்லி முறைப்படி திருமணம் செய்து கொள்வார்கள்.

இந்த ஒழுக்கத்தையே 'களவும் கற்று மற' என்ற பழமொழி வலியுறுத்துகிறது.

ஒரு பெண்ணோ, ஆணோ களவு ஒழுக்கத்தில் ஈடுபட்ட பிறகு, அவர்கள் இருவரும் வாழ்க்கைத் துணைவர்களாக இல்லற வாழ்க்கையை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

அதன்பிறகு அந்தக் களவு வாழ்க்கையை வேறு ஒருவரிடம் காட்டாமல் மறந்துவிட வேண்டும். திருமண வாழ்க்கையை தெய்வீக வாழ்க்கையாக மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இன்றோ சுதந்திரத்தின் பெயரால் ஒருவரை ஒருவர் சுவைத்துப் பார்த்த பிறகு திருமணம்கூட செய்து கொள்ளாமல் தொடர்ந்து மலருக்கு மலர் தாவும் தேனீக்கள் போல் வாழ்நாள் முழுவதும் ஒருவர் மற்றொருவரை சுவைத்துப் பார்க்கும் விலங்கு வாழ்க்கையைப் பின்பற்றி அழிந்து போகிறார்கள்.

தூய்மையான சமுதாய அமைப்பையே சீர்குலைத்து வருகிறார்கள்.

பிரம்மசர்யம் காப்பதன் மூலமாக ஒருவர் தம் உடம்பின் ஆற்றலை மட்டும் பாதுகாக்கவில்லை. அவருடைய மன ஆற்றலையும், ஆன்மிக ஆற்றலையும் ஒருங்கே பாதுகாத்துக்கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

அத்துடன் தனி மனிதத் தூய்மையையும், குடும்பத் தூய்மையையும், சமூகத் தூய்மையையும் பாதுகாத்து வருகிறார்கள்.

நாதம், விந்து என்ற இரண்டும் முறையாகப் பாதுகாக்கப்பட்டால் தான் ஞான யோகப் பரிணாமத்தை வழங்கும் ஆற்றலைப் பெறலாம். உள் ஒளியை வளர்த்து நம் உடலில் ஒவ்வொரு உயிர் அணுவிலும் ஒளியை நிலைகொள்ளச் செய்யும் ஆற்றலையும் பெறலாம்.

இங்கு ஒளி என்பது இறை மாட்சியையும், நிலையான புகழையும் குறிப்பதாகும்.

ஒளி ஒருவற்கு உள்ள வெறுக்கை இளி ஒருவற்கு
அஃது இறந்து வாழ்தும் எனல்

என்கிறார் திருவள்ளுவர். ஒளி என்பது மனித வாழ்க்கையை மாமனித வாழ்க்கையாக மாற்றும் நிலையான புகழைக் குறிப்பது. ஒளி இல்லாதவர்களின் வாழ்க்கை வாழ்க்கையே அல்ல என்பது இந்தத் திருக்குறளின் பொருள்.

ஒளி நிறைந்த மனிதன் மக்களைக் காந்தம்போல் கவரும் ஆற்றலுடன் விளங்குவான். அந்த மனிதன் இருக்கும் இடத்தில் ஒரு தெய்வ ஒளி பரவும். அமைதியும், சாந்தமும், மகிழ்ச்சியும் அங்கு கூடிக் குலாவி தாண்டவம் ஆடும்.

இந்த முறையில்தான் ஒரு தனி மனிதனுடைய மாண்பு, ஆள், ஆண்மை உருவாகிறது. அவருடைய நரம்புகள் செம்மையாகச் செயல்படுகின்றன. பிரபஞ்ச ஆற்றலை மூளை கவர்கிறது. எங்கும் எதிலும் தெளிவையும், இன்பத்தையும் ஏற்படுத்தும் சக்தி வளர்கிறது.

புறவெளியில் இருந்து நம்மைத் தாக்கும் தீய ஆற்றலைத் தடுத்து நிறுத்துவது 'ஓஸோன்' என்கிற பிராண வாயுப்படலம். இதேபோல் 'ஓஜஸ்' என்கிற பிராணவாயு உள் ஒளிப்படலம் நம்முள் இருந்து நம்மை நிலையாக வாழ்வதற்குத் துணைபுரிகிறது.

அதிகாலையில் சூரிய உதயத்திற்கு முன்னால் வெளியில் சென்று மூச்சை ஆழ்ந்து சுவாசித்து வந்தோமானால் 'ஓஸோன்' என்கிற அமுத ஒளியின் ஆற்றலைப் பெறலாம்.

இரண்டுக்கு மேற்பட்ட பிராண வாயுவின் அணுச் சேர்க்கையினால் ஏற்படும் அற்புதத்தால் விளைவது அமுத ஒளி.

இதன் மூலமாக உடலில் இருக்கும் விஷத்தன்மை வெளியேறுகிறது. உடம்பில் ஆன்மிக அசாதாரண அதிர்வு அலைகள் உருவாகின்றன. உடல் தேஜஸ் பெற்று ஜ்வலிக்கிறது. வெளியில் இருந்து வரும் எந்த விஷத்

தன்மைகளையும் தடுக்கும் ஆற்றலுடனும் உடம்பு விளங்குகிறது.

இதனால்தான் காலை நாலு மணியில் இருந்து ஆறு மணி வரையில் இருக்கும் இரண்டு மணி நேரத்தை வைகறை என்றும் பிரம்ம முகூர்த்தம் என்றும் சொல்கிறார்கள்.

இந்த நேரம்தான் தியான யோகம் பயில்வதற்கு உரிய அமுத ஒளிவீசும் நேரமாகும்.

ஓஜஸ் என்ற உள் ஒளி உடம்பில் சேரச் சேர உடலில் தெய்விக ஒளி வளர்கிறது.

இந்த தேஜஸ் என்கிற ஒளி, உடலைச் சுற்றி ஒரு ஒளி வட்டமாக விளங்குகிறது. இது போதுமான அளவு உடம்பில் நிரம்பினால் பொறி புலன்கள் மிகத் தீட்சண்யமாகச் செயல்படும். எல்லாக் காரியங்களையும் நிறைவேற்றும் சக்தியுடன் விளங்கும்.

''சுவாமி! மக்களை ஒளி உடையவர்களாக பிரகாசிக்கும்படிச் செய்கிறார். இதனால் ஞானயோகத்தின் ரகசியம் போலும்'' என்று ஒரு பத்திரிகை நிருபர் என்னைப் பற்றி தம் பத்திரிகையில் எழுதி இருந்தார்.

அவர் சொல்வதை ஓரளவுதான் ஏற்றுக்கொள்ள முடியும். யார் வேண்டுமானாலும் ஒளி உடலுடன் பிரகாசிக்கலாம். இதற்கு உயிர்ப் பணியும், முறையான தியானப் பயிற்சியும் செய்தாலே போதுமானது.

எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு உடலில் உயிர் ஒளியை சேமிக்கிறோமோ அவ்வளவுக்கு அவ்வளவு உடல் ஒளியுடன் பிரகாசிக்கும்.

சாதாரண கரித்துண்டுகூட சூழ்நிலையின் ஆற்றலால் பூமிக்கு அடியில் அழுத்தப்படும்போது அதனுடைய தன்மையில் மாற்றம் ஏற்படுகிறது.

கரித்துண்டு முதலில் மிகுந்த கனம் உள்ள பொருளாக மாறுகிறது. பிறகு அதனுடைய நிறமும் மாறுகிறது. கடைசியில் ஒளிதரும் ஆற்றலுடன் வைரமாக ஜ்வலிக்கிறது.

தேனைக்கூட பாதுகாத்துத் தக்க சூழ்நிலையில் வைத்து வந்தோமானால் அதுவும் வைரம் போல ஜ்வலிக்கும். கற்கண்டாக மாறிவிடும்.

விந்து – நாதம் என்ற படைப்புக்கு உரிய உயிர் அணுக்கள் நிறைந்த நீர் நம் உடலில் கற்பனைக்கு எட்டாத பேராற்றலை ஏற்படுத்துகிறது.

நம் உடலையும் உள்ளத்தையும் வைரமாக ஜ்வலிக்கச் செய்கிறது.

யோகத்தில் போதுமான அளவு விளக்கம் தரும் உணர்வுடனும், எதையும் எங்கும் ஊன்றிக் கவனிக்கும் ஆற்றலுடனும் பயிற்சி செய்வது மிக முக்கியமானது.

நல்ல மன உறுதியுடன் ஒரு சிலர் முன்வந்து யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டால் போதும். எதையும் அவர்கள் நிறைவேற்றும் ஆற்றலுடன் விளங்குவார்கள்.

உலகத்தின் பெரும் பகுதியை புத்தரால் மாற்றி அமைக்க முடிந்தது.

உலகத்தின் முக்கால் பகுதியை ஏசு நாதரால் மாற்றி அமைக்க முடிந்தது.

நமக்கும் அத்தகைய திறமை இருக்கிறது.

பிரம்மசர்ய வாழ்க்கை நம்மை பேராற்றல் உடையவர்களாக மாற்ற வல்லது. சந்தோஷமாகவும், ஆரோக்கியமாகவும், செல்வத்துடனும், செல்வாக்குடனும் விளங்கும் வல்லமையைத் தரக்கூடியது.

பிரம்மசர்யம் என்றால் என்ன?

பிரம்மத்தை ஆசிரியராக – குருவாகக் கொள்வது. இறைவனையே குருவாகக் கொண்டு வாழ்க்கையை நடத்துவது.

கடவுளால் படைக்கப்பட்ட உயிர்கள் எல்லாவற்றையும் கடவுளாகவே பாவித்து அவற்றுக்குப் பணிபுரிவது.

இதுதான் தெய்விக வாழ்க்கை. இதைப்பற்றி பாரதியார் சொல்வதைக் கேளுங்கள்.

உயிர்கள் இடத்தில் அன்பு வேணும் – தெய்வம்
உண்மையானது தான் அறிதல் வேணும்
வயிரம் உடைய நெஞ்சு வேணும் – இது
வாழும் முறைமையடி பாப்பா.



39. அபரிக்ரஹ ஸ்தைர்வே ஜன்மஹகதந்தா ஸம்போ : ||

அபரிக்ரகம் என்றால் பணத்தைத் தொடாமல் இருப்பது. இது திருடுவதில் இருந்தும், பணத்தைச் சேமிப்பதில் இருந்தும் நம்மைக் காப்பாற்றுகிறது.

ஒருவரிடத்தில் எதையாவது தானமாகப் பெற்றால் அந்த அளவுக்கு அவரிடம் அடிமைப்படுகிறோம்.

இந்த அடிமைத்தனம் நம்மைப் பற்றி எண்ணிப் பார்க்க முடியாமல் செய்து விடுகிறது.

நாம் ஒருவரிடம் இருந்து பலமுறை பரிசுகளைப் பெறுகிறோம். ஒவ்வொரு முறை பரிசுகளைப் பெறும்போதும் எதிர்காலத்தில் அவருக்கு ஏதாவது செய்ய வேண்டும் என்று எண்ணுகிறோம்.

கொடுப்பது வாங்குவது என்ற வணிக வாழ்க்கையில் மூழ்கி விடுகிறோம். உண்மையான வாழ்க்கை என்ன என்பதைப் பற்றி நினைப்பதற்கு நமக்கு நேரம் இருப்பதில்லை.

மற்றவரிடம் நாம் பரிசைப் பெறுகிறோம். உதவிகளைப் பெறுகிறோம். அவர் நம்மிடம் பரிசைக் கொடுத்துவிட்டுச் சென்று விடுகிறார்.

சில நாட்கள் கழித்து ஒருவர் நம்மை, தொலைபேசியில் கூப்பிடுகிறார்.

“நான் தங்களுக்குக் கொடுத்த பரிசு நினைவு இருக்கும் என்று எண்ணுகிறேன். எனக்காகத் தாங்கள் தங்கள் நேரத்தில் கொஞ்சம் ஒதுக்க முடியுமா? எனக்கு ஒரு சிறு உதவி செய்ய முடியுமா?” என்று கேட்கிறார்.

“நான் தங்களுக்கு உதவி செய்யக் கடமைப்பட்டிருக்கிறேன். என்ன செய்யவேண்டும் சொல்லுங்கள்.”

அவர் நமக்குக் கொடுத்தது கொடை அல்ல. நம்மீது உள்ள அன்பினால் அளித்த அன்பளிப்பும் அல்ல. அதனால் அவர் நம்மிடம் தமக்கு வேண்டியதை எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறார்.

அவர் தம்முடைய வருமான வரியில் இருந்து விடுபடுவதற்காகக் கொடுத்த தானமாகக்கூட இருக்கலாம். இருந்தாலும் அதுமட்டும் அவருடைய நோக்கம் அல்ல.

அவர் நமக்கு அளித்த பரிசின் மூலமாகத் தம்முடைய வருமான வரியில் இருந்து விடுதலை பெறுகிறார்.

நம்மிடம் இருந்து தமக்கு வேண்டிய காரியங்களை நிறைவேற்றிக் கொள்ளவும் செய்கிறார்.

சமுதாயம் அவரை ‘கொடை வள்ளல்’ என்று போற்றும்படியான நிலைக்கும் தம்மை உயர்த்திக் கொள்கிறார்.

உண்மையான நன்கொடை எப்படி இருக்க வேண்டும்? எதையும் எதிர்பாராமல் ஒருவருக்கு ஏற்பட்டு இருக்கிற துன்பத்தில் இருந்து அவர் விடுபடுவதாக இருக்க வேண்டும்.

தான் கொடுத்தது நன்கொடை என்பதுகூட கொடுக்கப்பட்டவருக்குத் தெரியக்கூடாது.

அதன் மூலமாகத் தான் விளம்பரம் பெறுவதற்கு முயற்சிக்கவும் கூடாது.

வியாபாரத்தில்கூட தமக்கோ மற்றவர்களுக்கோ எந்த விதமான இழப்பும் ஏற்படாமல் வியாபாரம் செய்ய வேண்டும்.

ஒருவரிடம் பரிசு பெறுவதன் மூலமாக நாம் நம்முடைய தனித்தன்மையை இழந்து விடுகிறோம்.

நம்முடைய இயல்பான வாழ்க்கை முறையிலும் தூய்மை குறைந்து விடுகிறது.

ஒருவர் இன்னொருவரிடம் உதவி பெறுகிறார்.

உதவி பெற்றவர் மனம் என்ன சொல்லும்? நமக்கு உதவி செய்தவரின் தவறான செயலைக்கூட மறைத்து, அவருக்குத் துணைசெய்யும்படித் தூண்டும்.

நாம் ஒருவரிடம் உதவி பெறும்போது ஓர் உறுதி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நமக்கு உதவி செய்தவர் தாம் செய்த உதவியைக் கொண்டு நம்மை ஏதாவது தவறான செயலில் ஈடுபடுத்த முயன்றால், அதை உதறித்தள்ளும் தைரியம் நம்மிடம் இருக்க வேண்டும்.

இந்தக் குறிக்கோள் நம்மிடம் இருந்தால் நாம் யாருக்கும் பயப்பட வேண்டியதில்லை. யாருடைய தயவையும் நாட வேண்டியதும் இல்லை.

நம்முடைய மனம் தெளிவாகவும் அமைதியாகவும் இருந்தால் ஓர் உண்மையைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

நாம் யாரிடம் இருந்தும் எதுவும் பெறவில்லை. நாம் யாருக்கும் அடிமையாகவும் இல்லை. நம்மால் முடிந்தவரையில் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்து கொண்டும் வருகிறோம். அதனால் நம்மை யாரும் எதுவும் செய்ய முடியாது.

நம்முடைய மனத் தெளிவையும், அமைதியையும் குலைத்துவிடவும் முடியாது. இந்தப் பிறவியில் நாம் மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கலாம்.

காரணத்துக்கும் காரியத்துக்கும் உள்ள பிரிக்க முடியாத தொடர்பையும் நாம் புரிந்து கொள்கிறோம்.

சென்ற பிறவியில் நாம் செய்த தவறினால் ஏற்பட்டதுதான் இந்தப் பிறப்பு என்பதைத் தெரிந்து கொள்கிறோம்.

இந்தப் பிறவியில் தவறு செய்யாமல் வாழ்வதற்கு வேண்டிய தைரியத்தையும் பெறுகிறோம்.

எதற்கும் பயப்படாமல், யாரிடமும் எதையும் விரும்பாமல், மற்ற உயிர்களுக்குப் பணி செய்து கொண்டு வாழ்வதுதான் வாழ்க்கையின் ரகசியம் என்பதையும் உணர்ந்து கொண்டு வாழ்கிறோம்.

இதனால்தான் பிறப்பை அறியாமை என்றும், காரண காரியத்தைப் பற்றிய தொடர்பை அறிந்து கொள்வதுதான் அறிவு என்றும் சொல்லுகிறார்கள்.

பிறப்பு என்னும் பேதைமைநீங்க சிறப்பு என்னும்
செம்பொருள் காண்பது அறிவு

என்கிறது திருக்குறள்.

தொடர்ந்து பிறப்பு வந்து கொண்டே இருக்கும்படி நடந்து கொள்வதுதான் அறியாமை. உயிர்க் குலத்துக்குப் பணி புரிவதன் மூலமாகக் கடவுள் அனுபவத்தைப் பெற்று நிலையாக வாழ்வதுதான் அறிவு.

இது மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

காரண காரியம் காட்டிடும் வெளிஎனும்
ஆரணச் சிற்சபை அருட்பெருஞ்ஜோதி!

என்கிறது திருவருட்பா.

காரணத்துக்கும் காரியத்துக்கும் உள்ள தொடர்பை தெளிவாக அறிந்து, இறைவனின் அனுபவத்தைப் பெறுவதுதான் அருட்பெரும்ஜோதி அளிக்கிற பேரின்பப் பெருவாழ்க்கை யாகும்.

இது மேலே இருக்கும் திருஅருட்பாவின் பொருள்.

காரண காரியத்தைப் புரிந்து கொண்டு வாழ்வதற்கு வழிகாட்டுவதுதான் ஞானயோகம் ஆகும்.





40. சௌசாத் ஸ்வாங்க ஜுகுப்ஸா பரைரஸம் ஸர்க : ||

உள்ளும் புறமும் தூய்மையில் நிலைபெற்றவருக்கு, தன் உடம்பின் மீதும், மற்றவர்கள் உடம்பின் மீதும் அருவருப்பு ஏற்படுகிறது. இதனால் உடல் உறவில் இருந்து விலகிவிடுகிறார்.

இத்தகைய தூய்மையைப் பெற்றவர் தம்முடைய உடம்பையே அருவருக்கத் தக்கதாக நினைக்கிறார்.

ஒவ்வொரு கணமும் உடம்பில் தோன்றும் பொருள்கள் அருவருக்கத் தக்கவையாகவே இருக்கின்றன.

உடம்பில் இருந்து தோன்றும் தூய்மையற்ற பொருள்கள் தொடர்ந்து நீக்கப்படுகின்றன. இருந்தாலும் தூய்மையற்ற பொருள்கள் உடம்பில் தோன்றிக் கொண்டே இருக்கின்றன.

நம்முடைய மூச்சில் இருந்து வெளிவருவது கரியமில வாயு.

நம்முடைய தோலில் இருந்து வியர்வை வெளிப்பட்டுக் கொண்டு இருக்கிறது.

இவற்றை எல்லாம் பற்றி நாம் சிந்தித்தோமானால் எவ்வளவு அழுக்கு நிறைந்த, தூய்மையற்ற உடலில் வாழ்கிறோம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

எவ்வளவு உயர்ந்த வாசனைத் திரவியங்களை உடலில் பூசிக் கொண்டாலும் தற்காலிகமாக உடலின் தூய்மை இன்மையை, துர்நாற்றத்தை மறைக்குமே ஒழிய, உடல் தூய்மையாகி விடாது. மணம் வீசும் உடலாக மாறிவிடாது.

நம்முடைய உடலில் இருந்து வரும் துர்நாற்றத்தையும், அழுக்கையும் போக்குவதற்கு முயற்சிக்கிறோம். வாசனைப் பொருள்களைத் தடவிக் கொள்கிறோம். முகப்பவுடர்களைப் பூசிக்கொள்கிறோம். இதில் நாம் ஒருபோதும் வெற்றி பெறுவதில்லை. மீண்டும் துர்நாற்றமுடைய வியர்வையும், அழுக்கும் நம் உடலில் தோன்றிக் கொண்டே இருக்கின்றன.

இந்த உண்மையை நாம் தெளிவாக உணர்ந்து கொண்டோமானால், வாசனைத் தைலத்தை உபயோகிப்பதில் இருந்தும், முகப்பவுடரை பூசிக் கொள்வதில் இருந்தும் விடுபட்டு விடுவோம்.

உடம்பை அலங்கரித்துக் கொள்வதில் நாம் செலவிடும் நேரத்தை, ஜபதபம் செய்வதிலும், தியானம் கூடுவதிலும், ஆன்மிக நூல்களைப் படிப்பதிலும், செலவழித்தால் ஞானயோக பரிணாமத்துக்கு உரிய விளக்கம் கிடைக்கும். உள்ளும் புறமும் ஒளிமயமாகப் பிரகாசிக்கலாம்.

நம்முடைய உடம்பே துர்நாற்றம் வீசக்கூடிய ஓர் அழுக்கு மூட்டையாக இருக்கும் போது, நாம் எப்படி இன்னொருவர் உடம்பைக் கவர முடியும்?

பிற உடம்புகளின் கவர்ச்சியில் இருந்து நாம் விடுபட்ட கணமே அவற்றில் இருந்து பெறும் துன்பங்களில் இருந்தும் விடுபட்டு விடுகிறோம்.

இதையே,

யாதனின் யாதனின் நீங்கியான் நோதல்
அதனில் அதனில் இலன்

என்கிறது திருக்குறள்.

எது எது நமக்குத் துன்பம் தருமோ அது அதில் இருந்து விலகிக் கொண்டே வந்தோமானால் துன்பம் அடியோடு நீங்கிவிடும்.

“இன்பமே எந்நாளும் துன்பம் இல்லை” என்ற நிலைக்கு உயர்ந்து விடுவோம்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள் ஆகும்.

உடம்பின் மீது இருக்கும் கவர்ச்சி குறையக்குறைய மனதின் மீதும் உயிரின் மீதும் கவர்ச்சி வளரும்.

இதனால் நாம் உடம்பு அல்ல, மனம் அல்ல, மண் உயிர் என்ற எண்ணத்தைப் பெறுவோம்.

இரண்டு உடல்களை ஒன்றுபடுத்தி இன்பம் அடையலாம் என்ற அர்த்தமற்ற உணர்வில் இருந்து முழுமையாக விடுபடுவோம்.

இரண்டு உடைகள் ஒன்றுடன் ஒன்று உராய்வதற்கும் இரண்டு உடல்கள் ஒன்றுடன் ஒன்று உராய்வதற்கும் வித்தியாசம் ஒன்றும் இல்லை. உடம்பும் உடையும் ஒரே இனத்தைச் சேர்ந்தவைதான்.

ஒன்று தோலினால் ஆன உடை, மற்றொன்று பட்டினாலோ, பஞ்சினாலோ ஆன உடை. அவ்வளவுதான்.

உண்மையாகக் கூடுதல் என்பது ஓர் ஆணும் பெண்ணும் கூடுவது அன்று; கடவுளும் உயிரும் கூடுவது தான்.

ஆண் உடலுக்கும் பெண் உடலுக்கும் உள்ள வேறுபாடு என்ன? தசையினால் உருவாக்கப்பட்ட இரண்டு வடிவங்கள்தான்.

இப்படி இரண்டு தசைப்பிண்டங்களை ஒன்று சேர்ப்பதன் மூலமாக ஆன்மிக விடுதலை பெற்றுவிட முடியுமா? முடியவே முடியாது.

ஆன்மிகக் கூட்டுறவை தூல உடம்பின் கூட்டுறவு என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

சாதாரணமாக தந்திர யோகத்தைப் பற்றிய உண்மை பலருக்குப் புரியவில்லை. ஆனால் தந்திர யோகத்தை ஆண் – பெண் கூட்டுறவு என்றே எண்ணிக் கொள்கிறார்கள்.

திபேத் நாட்டில் சிவசக்தியின் கூட்டுறவையே தந்திர யோகம் என்கிறார்கள்.

சிவன் ஆண் தன்மையையும், சக்தி பெண் தன்மையையும் குறிப்பதாகச் சொல்கிறார்கள்.

இது பூத உடலைப்பற்றிக் குறிப்பிடுவது அல்ல. ஒவ்வொருவர் இடத்திலும் இருக்கும் உடன்பாட்டு சக்தியும், எதிர்மறை சக்தியும் ஒன்றாகக் கூடுவதாகும்.

இதை அட யோகிகள் இடகலை, பிங்கலை, என்றும் – சந்திர கலை, சூரிய கலை என்றும் சொல்வார்கள்.

முள்ளத்தண்டின் உச்சிப்பகுதியில் சூரியனும், அடிப்பகுதியில் சந்திரனும் இருப்பதாகக் கொள்ள வேண்டும்.

அவை ஒன்று சேர்ந்தால் ஆன்மிக ஆற்றல் உண்டாகும் என்று சொல்லுகிறார்கள்.

இதை பிராணனும், அபாணனும் கூடுதல் என்றும் சொல்கிறார்கள்.

"பிராண அபாண சம்யுக்த பஜமிஷம் சர்வவிதம்" என்கிறது பகவத்கீதை.

கீழே செல்லும் சக்தி திரும்பி மேலே ஏறவேண்டும் என்பது இதன் பொருள்.

தியானத்தின் மூலமாக உண்டாகும் உஷ்ணம் மேல் நோக்கிச் செல்கிறது. அந்த உஷ்ணம் உடம்பில் இருக்கும் சில சுரப்பிகளைத் தாக்குகிறது. இதனால் அந்த சுரப்பிகளில் இருந்து அமுதம் சுரக்கிறது.

கீழே இருந்து செல்லுகின்ற இந்த உஷ்ணம் நரம்புகளுக்கு ஆற்றலைக் கொடுத்து அதைத்தூண்டி விடுகிறது. முன் இருந்ததைவிட அதிகமான உயிர்ச் சக்தியை உருவாக்கிறது. நிலையாக வாழ்வதற்கு உரிய சூழ்நிலையையும் உருவாக்குகிறது.

அமிர்தம் என்ற வார்த்தைக்கு அழியாமை என்பது பொருள்.

இதனால் உடம்பு உயிர் ஆற்றல் மிகுந்த ஓஜஸ் என்ற ஒளியையும், தெய்விக ஆற்றல் பொருந்திய தேஜஸ் என்ற

ஒளியையும் உண்டாக்குகிறது. இதனால் நம் உடலில் முன்னால் ஏற்பட்டிருந்த சம்ஸ்காரங்களை – பதிவுகளை நீக்கி விடுகிறது.

இதையே –

உள்ளத்தின் உள்ளே உள பல தீர்த்தங்கள்
தெள்ளிக் குடைந்து நின்று ஆடார் வினை கெடார்

என்கிறார் திருமூலர்.

உடம்பின் உள்ளே இயற்கையாக செயல்படும் சுரப்பிகளை மாற்றி உயர்ந்த நிலையில் ஒளிதரும் சுரப்பிகளாகச் செய்வதுதான் நிலையான வாழ்க்கையைப் பெறுகின்ற ரகசியம். உள்வினையை அகற்றுகின்ற உளவு ஆகிறது.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருமந்திரச் செய்யுள் அடிகளின் பொருள் ஆகும்.

நமது உடலையே அமுத உடலாக்கி இறைவன் பலி பீடத்தில் அர்ப்பணிப்பதாகும்.

இறைவன் பலிபீடத்தில் சாராய பாட்டிலை வைத்து வணங்கிவிட்டு, அந்த பாட்டிலில் இருக்கும் சாராயத்தைக் குடிப்பது, இறைவனுக்கு நம்மை அர்ப்பணிப்பது என்று பலர் எண்ணிக் கொள்கிறார்கள். இப்படிச் செய்வது நம்மை நாமே ஏமாற்றிக் கொள்வதாகும்.

மறைநூல்களில் இருக்கும் வார்த்தைகளுக்கு உரிய மறை பொருளை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

மறைநூல்களில் இருக்கும் வார்த்தைகளில் அகராதிப் பொருளை எடுத்துக்கொண்டு செயல்படக்கூடாது.

இறைவனுக்கு முன்னால் பழங்களை வைத்துப் படைப்பதன் பொருள் என்ன?

நம்முடைய, நினைவு, சொல், செயல் என்பனவற்றால் உண்டாகும் பயனை இறைவனுக்குச் சமர்ப்பிக்கிறோம் என்பதுதான் பொருள்.

இறைவனுக்குப் படைக்கும் கனி வகைகள் மனம், மொழி, மெய்களால் உண்டாகும் பயனையே குறிப்பிடும்.

ஆண்டவன் கனி வகைகளையா சாப்பிடுகிறார்?

இது கிரியா யோகத்தின் மூன்றாவது பகுதியையே குறிப்பிடுகிறது.

நம்முடைய உழைப்பினால் ஏற்பட்ட பயன்களை இறைவனுக்குச் சமர்ப்பிக்கப்படுவதையே குறிப்பிடுகிறது.

ஈஸ்வரனுக்கு அர்ப்பணம் பண்ணுவது என்றால் என்ன?

நம் மனம், மொழி, மெய்களால் ஏற்பட்ட பயன்களை எல்லாம் உலக உயிர்களின் பணிக்கே அர்ப்பணம் செய்து விடுதல் என்பதுதான் பொருள்.

இதைத்தான் ‘சிவ யோகம்’ என்பார்கள் ஞான யோகிகள்.

பைபிளில் உண்ணக்கூடாது என்ற பழத்தை ஆதாமும் ஏவாளும் சாப்பிட்டனர் என்பதன் மறை பொருள் என்ன?

மறுக்கப்பட்டப் பழத்தை மனித வர்க்கம் சாப்பிட்டுத் துன்பப்பட்டு வருகிறது என்பதுதான் இதன் பொருள்.

நம்மில் ஒவ்வொருவரும் ஆதாம் ஆகவோ, ஏவாள் ஆகவோ இருக்கிறோம்.

மற்ற உயிர்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டியவற்றை நாமே திருடிச் சாப்பிட்டு விடுகிறோம். அதனால் துன்பம் அடைகிறோம்.

ஆதாம் என்ற மனிதன் இருந்தான் என்பது இந்த உண்மையை விளக்குவதற்காக உருவாக்கப்பட்ட கற்பனை மனிதன்.

கற்பனை மனிதனான ஆதாம் செய்த தவறையே நாம் தொடர்ந்து செய்து கொண்டு இருக்கிறோம்.

இந்த அடிப்படை தர்மத்தை உணர்த்துவதற்காகத் தான் குமரகுருபரர் இறைவனை ‘கற்பனை கடந்த கருவூலம்’ என்று பாடிப் பரவுகிறார்.

ஒவ்வொரு வேதமும் தனக்கு என்று ஒரு தனித்தன்மை உடையது. சிறப்பான கதை வடிவமும் உடையது.

இதற்குரிய காரணம் என்ன?

அந்தக் காலத்தில் எல்லாரும் நுட்பமான கல்வி அறிவை பெறுவதற்கான வசதி இல்லை.

அதனால் ஒரு கருத்தை விளக்குவதற்குக் கதைகள் சொல்லி, அது மூலமாகவே விளக்க வேண்டி இருந்தது.

இதைப்பற்றி ஒரு தீர்க்கதரிசியிடம் அவர் மீது பற்றுமிகுந்த சீடர்கள் ஓர் கேள்வியைக் கேட்டார்கள்.

அந்த தீர்க்கதரிசி தம் சீடர்களைப்பார்த்து சிரித்தார். உங்கள் கேள்வியை மீண்டும் கேளுங்கள் என்றார்.

''உங்களிடம் மிக மிக நெருக்கமாக இருப்பவர்களுக்கு ஆன்மிக ரகசியங்களை மிக ரகசியமாகச் சொல்கிறீர்கள். எங்களுக்கு மட்டும் கதைகளைச் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அப்படி ஏன் செய்கிறீர்கள்?'' என்று கேட்டனர்.

''பெரும்பாலான மக்களுக்குக் கண் இருந்தும் அதன் மூலம் பார்க்கத் தெரியவில்லை. காது இருந்தும் கேட்கத் தெரியவில்லை. வாய் இருந்தும் எதைப் பேசுவது என்று தெரியவில்லை. எதைக் கேட்பது என்றும் தெரியவில்லை.

அப்படிப்பட்டவர்களுக்குக் கதைகள் மூலமாக ஆன்மிக ரகசியங்களை விளக்கிச் சொல்லும்போது லகுவாக அவர்கள் புரிந்து கொள்கிறார்கள். இதனால்தான் வேதரகசியங்களை ஆகமம், புராணம், இதிகாசம் போன்ற கதைகளாக மாற்றி மக்களுக்கு ஞானிகள் உபதேசித்திருக்கிறார்கள்'' என்கிறார் தீர்க்கதரிசி.

பல ஆயிரம் ஆண்டுகளாக நம் நாட்டில் மருத்துவ விஞ்ஞானம் சிறப்பாக வளர்ந்து கொண்டு இருக்கிறது. அதில் ஆயுர்வேத மருத்துவம் குறிப்பிடத் தக்கது. ஆயுர் வேதத்தில் 'காயகல்பம்' என்ற மருந்து ஒன்று இருக்கிறது.

காயகல்பத்தைச் சாப்பிட்டால் பலவீனமான கொடிய முதுமையைக் கூட அது போக்கிவிடும். சுறுசுறுப்பும், பலமும், துள்ளும் இளமையும் பெற்று விளங்கும் உடலாக மாற்றும் ஆற்றல் காயகல்பத்துக்கு உண்டு.

காயகல்பம் என்றால் காயத்தை உடலை; கல்பமாக்கிக் கொள்ளுதல்; அழியாமல் நிலைபெறச் செய்து கொள்ளுதல் என்றுதான் பொருள்.

சித்த மருத்துவத்திலும் மரணம் தவிர்க்கும் மூலிகைகள் இருக்கின்றன.

இவை உடலையும், மனதையும், உயிரையும் இணைத்து, என்றும் இளமையுடன் இருக்கும் ஆற்றல் பெற்று விளங்கும்படிச் செய்பவை, காயகல்ப ஔஷதம்.

காயகல்ப மருந்து செய்யும் முறை ரகசியமாக இல்லாமல் எல்லாருக்கும் விளங்கும்படி லகுவாக இருக்குமானால், எல்லாரும் காயகல்ப மருந்தைச் சாப்பிட்டு இளமை பெற்று இந்த உலக இன்பங்களைத் தவறான முறையில் அனுபவிக்கும் முயற்சியில் ஈடுபட்டுக் கொண்டு இருப்பார்கள். அதை சுயநலத்துக்காகவும், துவேஷ உணர்வுடனும் பயன்படுத்தி சமுதாயத்தை சீர்குலைத்தும் விடுவார்கள்.

கொடியமனம் படைத்தவர்களிடம் இருந்து சமுதாயத்தைக் காப்பாற்றுவதற்காக 'காயகல்பம்' போன்ற ஔஷதத்தை எப்படிச் செய்வது என்பதை எல்லாரும் எளிதில் புரிந்து கொள்ளாதபடி, அதற்கேற்ற துறைச் சொற்களில், பரிபாஷையில் எழுதி வைத்திருக்கிறார்கள்.

கற்பாய் கற்பங்கள் நீக்காமல் கற்பித்தால்
தற்பாவம் குன்றும் தனக்கே பகையாகும்
நற்பால் அரசுக்கும், நாட்டுக்கும் கேடுஎன்றே
முற்பால நந்தி மொழிந்து வைத்தானே !

என்று சொல்லி இருக்கிறார் சித்தர்களின் தலைவரான ஞானசித்தர் திருமூலர்.

காயகல்பம் முதலிய சிரஞ்சீவி மருந்துகளைப் பற்றி மற்றவர்களுக்குச் சொல்லிக் கொடுக்கும்போது மிகுந்த எச்சரிக்கையுடன் இருக்கவேண்டும்.

இல்லை என்றால் சமூக விரோதிகள் அதை வைத்துக்கொண்டு, அரசுக்கும், நாட்டு மக்களுக்கும் தீங்கு செய்வார்கள் என்று திருமூலரே எச்சரிக்கிறார்.

கள்ளர் பெருமக்கள் காண்பர் கொலோஎன்று
உள்ளத்தின் உள்ளே ஒளித்து இருந்தானே !

என்று சிரஞ்சீவி ஔஷதம் போன்ற இறைவனைப் பற்றியே இன்னும் அழுத்தமாக வலியுறுத்தி இருக்கிறார்.

இறைவனை எல்லாரும் பார்த்தால் என்ன ?

அப்படி எல்லாரும் எளிதாக இறைவனைப் பார்க்கும் படியான நிலை ஏற்பட்டால், இறைவனின் அருள் ஆற்றலைப் பெற்று தாங்கள் மட்டும் போக போக்கியத்துடன் வாழ்வார்கள். அதற்காக மக்களை எல்லாம் கொடுமைப் படுத்துவதற்குக் கூடத் தயங்கமாட்டார்கள்.

இந்த இயற்கை உண்மையை உணர்ந்த இறைவன் நல்லவர்கள் உள்ளத்தில் மட்டும் ஒளிந்துகொண்டு இருக்கிறார், என்று சொல்கிறார் திருமூலர்.

சித்த மருத்துவத்தில் 'முசுமுசுக்கை' என்று ஒரு மூலிகை இருக்கிறது.

இது மிக ஆற்றல் வாய்ந்த பச்சிலை. இதன் மூலமாக எல்லா வியாதிகளையும் போக்கிவிடலாம். இறவாத நிலையைக்கூடப் பெறலாம்.

இது ஒரு சர்வரோக நிவாரணி; காயகல்ப ஆற்றலும் உடையது.

இந்தப் பச்சிலையைப் பற்றி தன்நலம் உள்ளவர்கள் தெரிந்து கொள்ளக்கூடாது என்பதற்காக மருத்துவ பரிபாஷையில் முசுமுசுக்கை என்று விளக்கி இருக்கிறார்கள்.

'முசு' என்றால் குரங்கு என்று பொருள். முசுமுசு என்றால் இரண்டு குரங்குகள் என்று அர்த்தம். கை என்றால் அந்தக் குரங்கினுடைய கை என்றுதான் பொருள்.

இரண்டு குரங்குகளின் கைகளை வெட்டி அரைத்து மருந்து தயார் செய்து கொடுத்தால் என்ன ஆகும்?

விவரம் புரியாத இதுபோன்ற மருத்துவர்களிடம் இருந்து பொது மக்கள் காப்பாற்றப்படுவார்கள்.

சித்த மருத்துவத்தில் உயிர்க்கொலை செய்து மருந்து தயாரிப்பது கிடையாது.

அதனால்தான் அந்தப் பச்சிலையின் உண்மைப் பெயரைச் சொல்லாமல் 'முசுமுசுக்கை' என்று சித்த மருத்துவத் துறைச் சொற்களில் – பரிபாஷையில் சித்த புருஷர்கள் சொல்லி வைத்திருக்கிறார்கள்.

தூய உள்ளம் படைத்தவர்களுக்கு, உயிர்க்குலத்துக்கு நன்மையே செய்ய வேண்டும் என்ற உணர்வு படைத்தவர்களுக்கு மட்டுமே சித்தர்கள் தோன்றி அந்த மருந்தின் ரகசியத்தை விளக்குவார்கள்.

முசுமுசுக்கை என்ற பரிபாஷைக்கு உரிய பச்சிலையை அவர்களுக்குக் காண்பிப்பார்கள். இந்தப் பச்சிலையை எப்படி மருந்தாக மாற்றுவது என்ற முறையையும் சொல்லிக் கொடுப்பார்கள். அந்த மருந்தின் மூலமாக என்ன நோய்கள் தீரும் என்பதையும் விளக்குவார்கள்.

இறை நம்பிக்கையும் நல்ல குரல்வளமும் உடைய மாணவர்களுக்கு சங்கீதம் கற்பிப்பதற்கும் நாத சித்தர்கள் தாமே அவர்களைத் தேடி வருவார்கள். அவர்களுக்கு எளிதாக சங்கீதத்தையும் கற்பிப்பார்கள்.

மாணவர் எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு குருவிடம் பக்தியும் ஆர்வமும் உடையவராக இருப்பாரோ, அவ்வளவுக்கு அவ்வளவு எளிதாக மாணவர்களிடம் இருந்து இசை தோன்றும். அந்த இசையால் உலகையே வசீகரிக்கும் ஆற்றலைப் பெற்று விளங்குவார்கள்.

இவ்வளவு ஆற்றல் பெற்ற மாணவர்கள் ஆசிரியர்களுக்கு அழைப்பு அனுப்பத் தேவையில்லை. ஆசிரியர்கள் தங்கள் உணர்வாலேயே தூய்மையான இதயம் படைத்த மாணவர்களைத் தெரிந்து கொள்வார்கள். தாங்களாகவே அப்படிப்பட்ட மாணவர்களிடம் வந்து

அவர்களுக்கு வேண்டியதை எல்லாம் உணர்த்தி உயர்த்துவார்கள்.

இதைத்தான், "உணர்ச்சி வாயில் உணர்வோர் வலித்தே" என்கிறது தொல்காப்பியம்.

ஒரு மாணவர் ஆயத்தமாக இல்லாதபோது அவரைச் சுற்றி நூற்றுக்கணக்கான குருமார்கள் இருந்தாலும் அவருக்கு இசையைக் கற்பிக்க முடியாது.

குருவினால் பலவந்தமாக மாணவருக்கு எதையும் கற்பிக்க முடியாது.

எதையும் கற்றுக்கொள்வதற்கு மாணவர் தயாராக இருக்க வேண்டும்.

ரேடியோ அலை, என்கிற மின்காந்த அலை, சங்கீதத்தைப் பரப்பிக் கொண்டு இருந்தாலும் அதை வாங்கிக் கொடுக்கும் கருவி அதற்கு உரிய அமைப்பில் இருந்தால் தான் அந்த இசையைக் கேட்டு நாம் இன்பம் அடையமுடியும். இல்லை என்றால் இசை மின்காந்த அலையிலே யாருக்கும் தெரியாமல் மிதந்து கொண்டு இருக்க வேண்டியதுதான்.

இதைப்போலவே இயமம் – நியமம் முதலிய அங்கங்கள் யோக சாதனம் செய்வதற்கு உதவியாக இருக்கின்றன.

ஞானயோகத்தின் பல படிகளில் எந்தப் படிகளில் சீடர் இருக்கிறாரோ அந்தப் படிகளுக்கு ஏற்ற பலனைத்தான் அவர் பெற முடியும்.

நம் உடம்பு ஓர் ஆலயம். இதனுள் தெய்வ ஆற்றலும் யோகப் பயிற்சியின் திறமையும் கர்ப்பக் கிருகத்தில் இருக்கும் மூல விக்கிரகத்தைப் போலவும், பலிபீடத்தைப் போலவும் அமைந்து இருக்கின்றன.

எனவே தன் உடலுடன் வேறு உடலின் தொடர்பு கொள்ளாமல், சிற்றின்ப உணர்வில் சிக்கிக் கொள்ளாமல் – பேரின்பமாகிய ஆன்மிக அனுபவத்தை நோக்கியே முன்னேற வேண்டும்.

மனித உடம்பின் மூலமாகத்தான் உயிர் பெருவாழ்வுப் படிகளில் ஏறி முன்னேற முடியும். காரணம் பிரணவ வடிவத்தில் முழுமைபெற்று விளங்குவது மனித உடல் ஒன்று மட்டும்தான்.

மனித உடலைத்தான் 'அறிவு வடிவு' என்று திருமூலர் சொல்கிறார்.

நம் உடல் தெய்விக உணர்வு நிறைந்த ஆலயம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இந்த உண்மையைப் புரிந்து கொண்டால் பேரின்பப் பெருவாழ்வைப் பெறலாம்.

இந்த ரகசியத்தைத்தான் 40 ஆவது சூத்திரத்தில் பதஞ்சலி முனிவர் தெளிவாகச் சொல்லி இருக்கிறார்.

அகத்தூய்மையும், புறத்தூய்மையும் முழுமையாக அமைகிறபோதுதான், ஓர் உடல் மற்றோர் உடலுடன் சேர்ந்து அடையும் சிற்றின்பத்தைத் துறக்கும் நிலைக்கு உயர்கிறது. அந்த உடல் ஒளி உடலாக மாறி தெய்வத் தன்மை பெற்று விளங்குகிறது.





41. சத்வசுத்தி சௌமனஸ்யை சாக்ர்யேந்திரிய ஜயாத்மதர்சன யோக்யத்வானிச : ||

சத்வசுத்தி என்றால் என்ன?

உற்சாகம், ஒருமைப்பாடு, புலன் அடக்கம் இந்த மூன்றிலும் முழுமையாக வெற்றி பெறுவதுதான் சத்வசுத்தி. அதாவது :

உயிருடன் உடம்பும், மனமும் போதுமான அளவு தொடர்பு பெற்று நிற்பதுதான்.

ஒளிமயமாக இருப்பது சத்வ குணம்.

அதில் குறைவு ஏற்படுவது செயல்படுவதற்காக இதை ராஜஸ குணம் என்றும், செயல்படும் குணம் என்றும் சொல்வார்கள்.

உயிருடன் உற்சாகம் முதலியவை போதுமான அளவு தொடர்பு கொள்ளாதபோது அறியாமை என்னும் இருள் சூழ்கிறது.

இதைத்தான் தாமஸ குணம் என்று சொல்வார்கள்.

சத்துவம், ராஜஸம், தாமஸம் என்ற மூன்று குணங்களும் படிப்படியாக குறைந்து செயல்படும்போது வாழ்க்கையில் முன்னேற்றம் ஏற்படுகிறது.

இதைத்தான் வாழ்க்கையின் விதி என்பார்கள்.

இந்த மூன்று குணங்களையும் சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப பயன்படுத்திக் கொள்வது எப்படி ?

இந்தக் கேள்விக்கு உரிய பதிலைத் தெரிந்து கொள்வதற்குப் பயிலும் பயிற்சிதான் யோகப் பயிற்சி.

இதற்கு முதலில் நாம், நமது உடம்பைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்கிறோம். உடலைப்பற்றித் தெரிந்து கொள்வதால் மனமும் தூய்மை அடைகிறது.

மனமும் உடலும் சுத்தமாகவும், தூய்மையாகவும் இருக்கும்போது நாம் மகிழ்ச்சி அடைகிறோம்.

நம்முடைய முயற்சி இல்லாமலே மனம் ஒருமைப்பட்டு அதற்கு உற்று நோக்குகிற சக்தி உருவாகிறது.

இது மனத்தூய்மை உடல் தூய்மை என்ற இரண்டும் சேர்ந்து செயல்படும்போது, உயிர் இயல்பாகவே உற்று நோக்கும் சக்தியை உண்டாக்குகிறது.

இதுதான் சத்வ குணம் என்று சொல்லப்படுகிற ஒளிக் குணத்தின் அடிப்படையாக இருக்கிறது.

ஒளிக்குணத்தின் மூலமாக இந்திரியங்கள் என்கிற பொறி புலன்களுக்கு அடக்கம் ஏற்படுகிறது. இதனால் உயிர் தன்னைத்தானே பார்த்து இன்பம் அடைகிறது. ஆத்ம தரிசனம் கிடைக்கிறது. அதாவது தன்னை அறிந்து இன்பம் உறும் நிலை உருவாகிறது.

இந்த அனுபவத்தைத்தான் வள்ளலார்,

தன்னை அறிந்து இன்பம் உற, வெண்ணிலாவே! – ஒரு
தந்திரம் நீ சொல்ல வேண்டும் வெண்ணிலாவே!

என்று பாடிப் பரவுகிறார்.

இவ்வளவும் 'நியமம்' என்கிற அட்டாங்க யோகத்தின் இரண்டாவது அங்கமாகும்.

உடம்பு, மனம், உயிர் என்ற மூன்றையும் தூய்மைப்படுத்துவது எப்படி என்பதை விளக்கிச் சொல்வதுதான் நியமத்தின் செயலாகும்.

மனம், மொழி, மெய் என்ற மூன்றிலும் தூய்மை அடைவது எப்படி என்று விளக்குவதுதான் நியமம்.

இதைத்தான் திரிகரண சுத்தி என்று ஞானயோகிகள் சொல்வார்கள்.

இது எவ்வளவு எளிதாக இருக்கிறது என்பதைப் பாருங்கள்.

நாம் சுலபமாக இருக்கும் செயல்களை செய்வதில் ஆர்வம் காட்டுவதில்லை. காரணம் அது நமக்கு உற்சாகத்தைக் கொடுப்பதில்லை. பரிபூரண தத்துவத்துடன் திருத்தமாக எதையும் செய்வதற்கு நம் மனம் இடம் கொடுப்பதில்லை.

உடல், மனம், உயிர் மூன்றும் தூய்மை அடைவதற்கான பயிற்சியை மேற்கொள்ளும் போது, சிறிய காரியங்களைச் செய்வதற்கு நாம் உடன்படுவதில்லை.

காரணம் சிறிய சாக்கடையைத் தாண்டுவதில் நமக்கு என்ன திருப்தி ஏற்பட முடியும்? அதில் நம்முடைய ஆற்றல் எங்கே வெளிப்படுகிறது?

ஒரு பெரிய ஆற்றையோ, கடலையோ, மலையையோ கடப்பதில்தான் நமக்கு உற்சாகம் ஏற்படுகிறது. அதில் பெருமையும் ஏற்படுகிறது. இன்பத்தையும் அடைகிறோம்.

இதன் உச்சநிலைதான் மரணத்தையே வெல்வதாகும். இதைத்தான் மரணமிலாப் பெருவாழ்வு என்று சொல்லுகிறார் வள்ளல் பெருமான். திருவள்ளுவரும்,

கூற்றம் குதித்தலூம் கைகூடும், நோற்றலின்
ஆற்றல் தலைப்பட்ட அவர்க்கு

என்கிறார். இந்தத் திருக்குறளில் 'நோற்றல்' என்ற சொல் பயிற்சியில் ஏற்படும் திறமையைக் காட்டும் சொல்லாகும்.

இந்தத் திறமை வளர வளர யமனைக்கூட வென்றுவிடலாம் என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

தொடக்கத்தில் உடல், மனம், உயிர்களுடன் பொருத்தி இருந்து ஞானயோகப் பயிற்சி செய்கின்றபோது

நம்மால் செய்ய முடியாதது, செய்து முடிக்க முடியாதது என்று எதுவும் இருக்க முடியாது என்பதை உணர்கிறோம்.

ஒருநாள் இத்தகைய பயிற்சியில் ஈடுபட்டாலும் அதனால் அடையும் பயன் நம்மை எல்லை அற்ற இன்பத்தில் ஆழ்த்துகிறது. எதையும் செய்து முடிக்கலாம் என்ற உணர்வையும் நமக்கு ஊட்டுகிறது.

இன்று மட்டுமாவது, "தூய்மை உடையவனாக இருப்பேன். சிற்றின்ப உணர்வே இல்லாமல் தூய்மையான பிரம்மசரியத்தைக் காப்பேன். சத்திய வாழ்க்கையை பரிபூரணமாக மேற்கொள்வேன்" என்ற குறிக்கோளுடன் பயிற்சியை மேற்கொண்டால் போதும்.

தூய்மையான உணர்வுடன் தொடங்கிய எந்தக் காரியமும் பெரிய வெற்றியை அடைந்தே தீரும்.

இந்தச் சோதனையைத் தொடர்ந்து செய்யும்படி நம்மை பிடித்து உந்தும்.

இதில் ஏற்படும் எல்லையற்ற இனிய உணர்வு காரணமாக இந்தப் பயிற்சியில் தொடர்ந்து இடைவிடாமல் ஈடுபடும்படி நம்மை ஆட்படுத்திவிடும்.

இதற்குத்தான் 'ஞானம்' என்ற பெயரை ஞான யோகிகள் சொல்கிறார்கள்.

இதையே,

சென்ற இடத்தால் செலவிடாது தீது ஒரீஇ
நன்றின்பால் உய்ப்பது அறிவு

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

'உய்ப்பது அறிவு.'

செயல்படுவதற்குத் தூண்டுவது எதுவோ அதைத்தான் ஞானம் என்றும், மெய் உணர்வு என்றும் சொல்வார்கள்.

மனம் போன போக்கில் போய்விடாமல் எடுத்துக் கொண்ட காரியத்தைச் செய்து முடிப்பதுதான் 'ஞானம்' ஆகும்.

சத்துவ குணம், ராஜஸ குணம், தாமஸ குணம் என்ற மூன்று குணங்களும் ஒளியையும், செயலையும், இருளையும் காட்டுபவை.

இருள் படிப்படியாகக் குறைந்து செயலும் ஒளியும் உயர்வதுதான் ஞான யோகத்தின் வளர்ச்சியாகும்.

உறுதியான மனமும், இளமையும், வலிமையும், உடல் நலமும், தைர்யமும் பெற்றவர்களே யோகி ஆவதற்கு தகுதி உள்ளவர்கள்.

யோகி எப்போதும் ஆனந்தமயமாகவே இருப்பார்.

எல்லா மனிதர்களுடைய முகங்களும், யோகிக்கு உற்சாகத்தையே கொடுக்கின்றன.

இதுதான் நல்ல குணம் உடைய ஞானியை நமக்கு இனம் காட்டும் அடையாளங்கள் ஆகும்.

பாவம் செய்வதால்தான் துன்பம் ஏற்படுகிறது.

புண்ணியம் செய்வதால் தான் இன்பம் உண்டாகிறது.

துன்பம் உண்டாகிறபோது முகம் சோர்வடைந்து, ஒளி இழந்து காணப்படுகிறது.

இந்த ஒளி இழந்த முகத்தை உலகத்துக்குக் காட்டக் கூடாது.

சோர்வை – ஒளி இழந்து போன சூழலை உலகில் பரப்புவதற்கு நமக்கு என்ன உரிமை இருக்கிறது ?

நம் முகத்தில் ஒளி விளங்கும் வரையில் ஏதேனும் ஓர் அறைக்குள் இருந்து நம்மை மறைத்துக் கொள்வதே நல்லது.

மனதை வென்றவன் உடலை வென்றவன் ஆகிறான். 'மனம்போல வாழ்க்கை' என்கிற பழமொழிக்கும் இதுதான் பொருள்.

உடல் என்கிற யந்திரத்துக்கு அடிமையாகக் கூடாது. உடலை அடிமையாக்கி அதனிடம் சரியான வேலையை வாங்க வேண்டும்.

அப்போதுதான் உடம்பு ஆன்மாவை; உயிரை கீழே இழுக்காமல் அதற்கு பெரிய துணையாக இருந்து பணிபுரியும்.



42. சந்தோஷத் அனுத்தம :
சுபலாப : ||

மனநிறைவு ஏற்படும்போது, எல்லை அற்ற ஆனந்தம் உண்டாகிறது.

மனநிறைவு என்பது வேறு. மனத்திருப்தி என்பது வேறு. இந்த இரண்டு சொற்களுக்கும் உள்ள வேறுபாட்டைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

மனத்திருப்தி என்பது நாம் விரும்பிய பொருள் கிடைப்பதால் ஏற்படுவது. அவ்வளவுதான்.

ஒருவர் தாம் நெடுங்காலமாக ஒரு பொருளைப் பெற விரும்புகிறார். அவர் விரும்பிய பொருளைப் பெறுகிறார். அந்தப் பொருளைப் பெற்றவுடன் அவரிடம் நீண்ட காலமாக இருந்து வந்த குறை தீர்ந்து விடுகிறது.

இதுதான் மனத்திருப்தி என்பது.

மன நிறைவு என்பது வெளியில் இருக்கும் ஒரு பொருளை பெறுவதனால் ஏற்படும் மகிழ்ச்சி அல்ல.

வெளியில் இருந்து நமக்கு ஒரு பொருள் கிடைக்கிறது. அந்தப் பொருளை வேண்டாம் என்று நாம் ஒதுக்குவதில்லை.

அதே சமயத்தில் அந்தப் பொருள் நமக்குக் கிடைக்காமல் இருந்தாலும் அதற்காக வருந்துவதும் இல்லை.

அதனால் நம் மனம் சலனம் அடைவதில்லை.

இதுதான் மனநிறைவு என்பது.

மனநிறைவு விருப்போ, வெறுப்போ இல்லாத மனநிலையைக் காட்டுவது.

இந்த உணர்வு கடவுள் அனுபவத்திற்கு அடிப்படையாக இருப்பது. இந்த உண்மையை திருவள்ளுவர் மிக அருமையாக விளக்குகிறார்.

வேண்டுதல் வேண்டாமை இலான்அடி சேர்ந்தார்க்கு
யாண்டும் இடும்பை இல

என்று மிகத் தெளிவாக விளக்கி இருக்கிறார்.

விருப்பமும் வெறுப்பும் இல்லாதவர்தான் கடவுள். அவருடைய திருவடிகளாகிய அறிவையும், அனுபவத்தையும் பெற்றவர்களுக்கு எந்தக் காலத்திலும் எந்தவகையான துன்பங்களும் அவர்கள் உடம்புக்கும், மனதுக்கும் ஏற்படுவதில்லை.

இந்த அனுபவத்தைப் பெற்ற அப்பர் பெருமான்,

இன்பமே எந்நாளும் துன்பமில்லை என்கிறார்.

மாணிக்கவாசகரோ, **இன்பம் பெருக்கி, இருள் அகற்றி, துன்பம் தொடர்பு 'அறுத்து, ஜோதியாய் அன்பு அமைத்து** என்று பாடுகிறார்.

மனதிலே இன்பம் பெருக்கெடுக்கும்போது, அதைச் சூழ்ந்து இருந்த இருள் அகன்று விடுகிறது.

முன்பு துன்பத்துடன் அதற்கு இருந்த தொடர்புகள் அனைத்தும் அறுந்து விடுகின்றன.

இப்போது மனம் உயிர்க்குலத்தை எல்லாம் நேசித்து, கலங்கரை விளக்கம் போல அவற்றுக்குத் தொண்டு செய்யும் அருட்பணியில் ஓங்கி உயர்ந்து விளங்குகிறது எல்லாருக்கும் வழி காண்பித்துக் கொண்டு இருக்கிறது.

மனம் பரிபூரணமான நிறைவுபெற்று, சிறிதும் சலனமோ, சபலமோ இல்லாமல் தூய்மையுடன் விளங்குகிறது.

இதுதான் 'நியமம்' என்கிற அட்டாங்க யோகத்தின் இரண்டாவது அங்கத்தின் ஆரம்பம் ஆகும்; அடிப்படையும் ஆகும்.



43. காயேந்த்ரிய சித்திர சூத்தி க்ஷயாத் தபஸ : ||

தவத்தினால் கண் முதலிய ஐந்து புலன்களிலும், கை முதலிய ஐந்து பொறிகளிலும் படிந்திருந்த அழுக்குகள் அகன்று விடுகின்றன.

இதனால் ஐந்து புலன்களின் ஆற்றல்களும், ஐந்து பொறிகளின் செயல் திறமைகளும் விரிவடைகின்றன.

எங்கு எங்கோ இருக்கும் பொருள்களையும், அங்கு நடைபெறும் நிகழ்ச்சிகளையும் நாம் இருக்கும் இடத்தில் இருந்து பார்த்து, தெரிந்து கொள்ளும் ஆற்றல் ஏற்படுகிறது.

இதனால் சாதாரண மனிதர்களால் செய்யமுடியாத – செய்வதற்கு அரிய அரும் செயல்களை செய்யும், சித்து விளையாடும் சக்தியும் ஏற்படுகிறது.

இதைத்தான் ''விளையாட்டு என்பது ஞானம் விளையும் விளையாட்டு'' என்று ஞான சித்தர்கள் சொல்கிறார்கள்.

தவம் என்பதற்கு உருவம் உண்டா? உண்டு.

அது செய்யமுடியாதவற்றை எல்லாம் செய்து முடிப்பது. பொறுக்க முடியா துன்பங்களை எல்லாம் பொறுத்துக்கொள்ளும் சக்தியை அளிப்பது.

இதுதான் தவத்தின் உருவமாகும். நியமத்தின் உருவமும் இதுதான்.

சாதன பாதத்தின் முதல் சூத்திரம் கிரியாயோகத்தை விளக்குகிறது.

கிரியாயோகம் என்பது தவம் புரிதல், கற்பன கற்றல், அவற்றால் ஏற்படும் பலன்களைக் கடவுளுக்கே அர்ப்பணம் செய்தல் ஆகும்.

இவற்றை தவயோகம் என்றும், நவயோகம், சிவயோகம் என்றும் சொல்வார்கள்.

உடம்பைத் தூய்மைப் படுத்துவதற்காக எப்படி தவம் செய்வது ?

வாரம் ஒரு முறையாவது உண்ணாநோன்பு அதாவது விரதம் இருக்க வேண்டும். இதனால் வரம்பு கடந்து நம் உடலில் சேர்ந்திருக்கும் கொழுப்புப் பொருள்கள் கரைந்து மறைந்து விடும்.

அத்துடன் நம் உடலில் நம்மையும் அறியாமல் சேர்ந்து இருக்கும் விஷப்பொருள்களும் வெளியேறி விடும்.

உள்ளத்தைத் தூய்மைப் படுத்துவதற்காக எப்படி தவம் செய்வது ?

மனம், மொழி, மெய் இந்த மூன்றிலும் நாம் நினைக்கிற நினைவின் ஆற்றலும், சொல்லுகின்ற சொற்களினால் ஏற்படும் விளைவுகளின் ஆற்றலும், செய்கின்ற செயல்களினால் உண்டாகும் ஆற்றலும் நமக்குத் தெரியாமல் நம் உள்ளே, ஒலிப்பேழை நாடாவில் ஒலிகள் பதிந்து இருப்பது போல் பதிந்து இருக்கின்றன.

இந்தப் பதிவுகளை எல்லாம் உள்ளத்தில் இருந்தும், உடலில் இருந்தும், உயிரில் இருந்தும் நீக்குவதுதான் உள்ளத்தைத் தூய்மைப்படுத்தும் தவம் ஆகும்.

வாரம் ஒரு முறையோ, இரண்டு முறையோ மௌன விரதத்தை மேற்கொள்ள வேண்டும். அத்துடன் தேவையில்லாமல் பேசுவதையும் கூடியவரையில் குறைத்துக் கொண்டு வரவேண்டும்.

அப்போது நம் உள்ளே சொற்களினால் ஏற்பட்டு இருக்கும் பதிவுகள் நீங்கிவிடும்.

இதனால் நமக்கு புதிய புதிய உண்மைகளைப் புரிந்து கொள்ளும் ஆற்றல் வளர ஆரம்பிக்கும்.

இந்த மாதிரியான மௌன விரதத்தினால் ஏற்படும் பயனைத் தான், 'மோனம் என்பது ஞானவரம்பு' என்கிறார் ஞானயோகியான ஔவையார்.

இம்மாதிரி நம் உள்ளே இருக்கும் பதிவுகளை நீக்கும் தவத்தை மேற்கொண்டு இருக்கும்போது, நம் உடல் ஓரளவு துன்பத்துக்கு ஆளாகும். உடல் உஷ்ணத்தினாலும் பாதிக்கப்படும். நம்மிடம் இருக்கும் செல்வம் குறையும். ஏழ்மையில் மூழ்க வேண்டி வரும். அதனாலும் துன்பம் அடையும்படியும் இருக்கும்.

இவற்றையெல்லாம் பொறுத்துக் கொள்ள வேண்டும். நம் குறிக்கோளை நோக்கி மேலும் மேலும் தவ வாழ்க்கையில் தொடர்ந்து ஈடுபட வேண்டும்.

இதனால் எந்த உயிருக்கும் துன்பம் நேராது.

ஒரு உயிர் தவத்தினால் ஏற்படும் துன்பத்தை அனுபவிக்கும்போது, அதனிடம் இருக்கும் அழுக்குகள் அந்த உயிரில் இருந்து கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மறைந்து விடும்.

நம் மனம் சுத்தம் அடைவதற்கும், மகத்தான ஆற்றலை அடைவதற்கும், துன்பத்தைப் பொறுத்துக்கொள்ளும் உறுதியை வளர்த்து வரவேண்டும்.

கூடவே எல்லா உயிர்களையும் நேசிக்கும் சுபாவத்தையும் வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். உயிர்க் குலத்துக்கெல்லாம் தொடர்ந்து பணிபுரியவும் வேண்டும்.

நாம் துன்பத்தைப் பொறுத்துக் கொள்வதில் உறுதியுடன் இருக்கும்போது துன்பம் நம்மைப் பாதிக்காது.

மற்ற உயிர்களுக்கு உதவி செய்வதில் நாம் ஆர்வத்துடன் இருக்கிறோம். அதனால் அந்த உயிர்கள் இன்பத்துடன் வாழ்வதற்குத் துணை செய்கிறோம்.

நாம் துன்பத்தைப் பொறுத்துக் கொள்வதன் மூலமாக நாம் எதையும் இழப்பதில்லை. மாறாக அந்தத் துன்பமும் நம்மை பாதிக்க விரும்பாமல் நம்மை மேலும் மேலும் உயர்த்திக் கொண்டே இருக்கும்.

தவத்தின்போது துன்பம் அதிகரிக்க அதிகரிக்க, இன்பமும் வளர்ந்து கொண்டே இருக்கும். இதைத்தான் பட்டறிவு என்று சொல்வார்கள்.

'பாடும் இல்லை பயனும் இல்லை' என்ற பழமொழியும் இதைத்தான் விளக்குகிறது.

தவத்தின்போது ஏற்படும் துன்பத்தைக் கண்டு பயந்து ஒதுங்கிவிடக் கூடாது. தவத்தில் இருந்து விலகவும் கூடாது. தொடர்ந்து மிகுந்த ஈடுபாட்டுடனும் உறுதியுடனும் தவம் செய்து கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

கல்வி கற்பதற்குப் பள்ளிக்கூடம் போகிறோம். தொடக்கத்தில் அது கஷ்டமாகத்தான் இருக்கிறது. நாள் ஆக ஆக, அறிவு வளர வளர அதில் ஏற்படும் இன்பத்துக்கு எல்லையே இல்லை.

நம்முடைய வாழ்க்கையில் தவம் செய்வதற்கு ஏராளமான வாய்ப்புகள் இருக்கின்றன.

ஒரு சாதாரண துணியே – தன்னைத் தூய்மை செய்து கொள்வதற்கு தவம் தான் செய்கிறது.

இதைப் புரிந்து கொள்ளுவதற்கு சலவைத் தொழிலாளி துணியை வெளுப்பதற்காக, அந்தத் துணியை என்ன பாடு படுத்துகிறார் என்பதைப் பார்த்தாலே போதும்.

சலவைத் தொழிலாளி நாம் கொடுக்கும் துணியை மடித்து அதில் கொஞ்சம் வாசனைத் தைலத்தைத் தெளித்து, அதன்மீது மலர்களை வைத்தா நம்மிடம் கொடுக்கிறார்? இல்லை.

நாம் கொடுத்த துணியை முதலில் கொதிக்கும் தண்ணீரில் போடுகிறார். அதன்மீது சோப்புத்தூளைக் கொட்டுகிறார். கொதிக்கும் சோப்புத் தண்ணீரில் துணி நன்றாக வேகிறது.

பிறகு அந்தத் துணியை சலவைத் தொழிலாளி எடுக்கிறார். பெரிய கருங்கல்லில் பலம் கொண்ட மட்டும் மாற்றி மாற்றி அந்தத் துணியை அடித்துத் துவைக்கிறார். அந்தத் துணியில் இருக்கும் அழுக்கு நீங்கும் வரை அதைத் துவைக்கிறார்.

அப்படித் துவைத்த பிறகு அந்தத் துணியை எடுத்து சுத்தமான தண்ணீரில் போடுகிறார். அந்தத் தண்ணீரில் அதை மீண்டும் மீண்டும் அமுக்கி அமுக்கி எடுக்கிறார். அலசுகிறார். துணியில் இருக்கும் அழுக்குப் போகும் வரையில் அந்தத் துணியை பலமுறை அலசுகிறார். இந்தக் காரியம் முடிந்தவுடன் தம் பலம் கொண்ட மட்டும் துணியை முறுக்கிப் பிழிகிறார். அந்தத் துணியில் இருந்த தண்ணீர் போய் விடுகிறது. ஆனால் ஈரத்துடன் இருக்கிறது. துணியில் இருக்கும் ஈரம் போவதற்காக அதை வெயிலில் உலர்த்துகிறார்.

உலர்ந்த துணிகளை அழகாக மடிக்கிறார், 'இஸ்திரி'ப் பெட்டியில் எரியும் நெருப்பைக் கொட்டுகிறார். அந்த இஸ்திரிப் பெட்டியின் மூலமாக துணியை அமுக்கித் தேய்க்கிறார்.

சுடச்சுட சுடர்வீசும் தங்கத்தைப்போல, சுடச்சுட நெருப்பு நிறைந்த இஸ்திரிப் பெட்டியினால் தேய்க்கப்படும் போது துணியின் சுருக்கம் போகிறது. பளபள என்று தூய்மையுடன் துணி விளங்குகிறது.

இவ்வளவு கஷ்டமான தவத்தை அந்தத்துணி மேற்கொண்டதன் மூலமாகத்தான் அது தூய்மை பெறுகிறது.

சலவைத் தொழிலாளி துணியை சலவை செய்வதற்காக வெள்ளாவியில் வேக வைக்கிறார். கல்லில் அடித்து துவைக்கிறார். பலம் கொண்ட மட்டும் அதை முறுக்கிப் பிழிகிறார். அடித்து அடித்து உதறுகிறார். வெயிலில் உலர்த்துகிறார். எரியும் நெருப்புள்ள சூடான இஸ்திரிப் பெட்டியினால் தேய்க்கிறார். இவ்வாறெல்லாம் அந்தத் துணியைத் துன்பப்படுத்துவது அதன்மீது இருக்கும் வெறுப்பினாலா? இல்லை.

அந்தத் துணி தூய்மையாக இருக்க வேண்டும் என்ற விருப்பத்தினால் இவ்வளவு துன்பங்களுக்கும் அந்தத் துணியை உள்ளாக்குகிறார்.

சலவைத் தொழிலாளி துணியைச் சுத்தப்படுத்த அந்தத் துணிக்கு என்ன என்ன துன்பங்களைக் கொடுத்தாரோ, அவ்வளவையும் நம் மனதைத் தூய்மைப்படுத்திக் கொள்வதற்கு நம் மனதுக்கும் நாம் கொடுத்தே ஆக வேண்டும்.

இப்படி மனப்பூர்வமாக நினைந்து நினைந்து எந்தக் காரியத்தையும் செய்பவர்கள் தான் உண்மையான யோகிகள் ஆவார்கள்.

ஒருவர் நம்முடைய உணர்ச்சிகளை கடுமையான சொற்களாலும், கொடுமையான செயல்களாலும் நம்மைத் துன்பப்படுத்துகிறார்.

அப்படி அவர் நம்மைத் துன்புறுத்தும்போது அவர்மீது கோபப்படாமல் மலர்ந்த முகத்துடன் அவரைப் பார்த்து, புன்முறுவல் செய்ய வேண்டும்.

நம்மைத் தம்முடைய சொற்களாலும் செயல்களாலும் துன்பப்படுத்துபவர்களைப் பார்த்து அவர்களுக்கு நன்றி சொல்ல வேண்டும்.

"நண்பரே! இதுபோல அடிக்கடி கொடுமைப்படுத்தி என்னைத் தூய்மைப்படுத்துங்கள். கோபம் முதலிய அழுக்கு ஏற்படாமல் இருக்கும் மனப்பழக்கம் எனக்கு ஏற்படும்படிச் செய்யுங்கள்.

நான் மிக விரைவில் தூய்மை அடைய வேண்டும். அப்படி நான் தூய்மை பெறுவதற்காகத்தான் என்னைத் தாங்கள் கடினமான மொழிகளாலும், செய்கைகளினாலும் திருத்தி உயர்த்துகிறீர்கள் என்பதை நான் உணர்கிறேன்.

உங்கள் நண்பர்களிடத்திலும் சொல்லுங்கள். அவர்களும் தங்களைப் போலவே என்னிடம் நடந்து கொண்டு என்னைத் தூய்மைப்படுத்தி உயர்த்தும்படிச் சொல்லுங்கள்" என்று அவர்களை வேண்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

ஏதையும் பொறுத்துக் கொள்வதற்கு உதவி செய்வது போதுமான மன அமைதிதான்.

இதைத்தான் கரண ஒழுக்கம் என்று சொல்வார்கள்.

வந்த துன்பத்தைப் பொறுத்துக் கொள்வதும், உயிர்களுக்கு எந்த வகையிலும் தீமை செய்யாமல் இருப்பதும்தான் தவத்தின் இரண்டு கண்கள் ஆகும்.

இதைத்தான் "ஸித்திர சுத்தி ஷ யாத்தபஸ:" என்று பதஞ்சலி முனிவரின் வாக்குச் சொல்லுகிறது.

இதில் மனிதத்தின் தூய்மைதான், பொறி புலன்களைத் தூய்மைப்படுத்துகிறது. பல்வேறு அற்புதங்களைச் செய்யும் ஆற்றல்களையும் கொடுக்கிறது என்று வலியுறுத்துகிறார்.

இதற்கு உரிய சாதனம் வேண்டாமா?

ஒருவர் மற்றவரை கடும் சொற்களால் திட்டுகிறார், மோசமாக அவமதிக்கிறார். அவமதிக்கப்படுபவரோ அவரைப் பார்த்து புன்முறுவல் செய்கிறார். எதிர்த்து அவரை அவமதிக்கவும் இல்லை. திட்டவும் இல்லை.

கீழ் நிலையில் இருக்கும் ஒருவர் வைகிறபோது, அவமதிக்கிறபோது, மேல்நிலையில் உயர்ந்து நிற்பவர் புன்முறுவல் செய்வதுதான் அவருடைய இயல்பாக இருக்கிறது.

காரணம் அவர் தன்னை வைதவரைப் பார்த்து அனுதாபப்படுகிறார்.

ஏன்? அவரை மேலும் மேலும் வையும்படியும், தம்மை அவமதிக்கும்படியும் தூண்டவும் செய்கிறார்.

இது வைதல், வாழ்த்தல், விதித்தல், வேண்டல் என்ற நான்கு வகையான மரியாதைகளை, வியங்கோளின் வகைகளை – நமக்கு நினைவு படுத்துகின்றன.

வைத பிறகுதான் வாழ்த்த வேண்டும்.

விதித்த பிறகுதான் வேண்டவும் முடியும்.

சுடச்சுட பொன் ஒளி வீசுகிறது. இதுபோல வைய, வைய, வாழ்த்தலின் அடிப்படையை விளங்கிக் கொள்ள முடிகிறது.

சுடச்சுடரும் பொன் போல் ஒளிவிடும் துன்பம்
சுடச்சுட நோக்கிற் பவருக்கு

என்று சொல்கிறார் ஞானயோகியான திருவள்ளுவர்.

ஒருவர் தம்மை அவமதிக்கிறார். அதைப் பார்த்து மனம் தளர்ந்து விடாமல் மேன்மேலும் முயன்று முன்னேறுவது தான் உண்மையான முன்னேற்றமாகும்.

ஒருவர் நம்மை இடித்து இடித்து ஒன்றைச் சொல்லும் போது, உங்கள் நண்பர்களிடத்திலும் இவ்வாறே என்னை இடித்து உரைக்கும்படிச் சொல்லுங்கள்.

இதனால் நான் விரைவில் முன்னேறுவதற்கு வேண்டிய வாய்ப்பைப் பெறுவேன்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள்.

நம்முடைய மனம் பண்பட்டு இருக்கிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்வதற்கு ஒரே ஒரு வழிதான் இருக்கிறது.

போலித்தனமான புகழ்ச்சிக்கும், வசவுக்கும் உள்ள வேறுபாட்டைப் புரிந்து கொள்வதுதான் பக்குவம் பெற்ற மனம்.

அது அரங்காரமான சொற்களைக் கேட்டு ஏமாந்து போகாது, கடினமான சொற்களைக் கேட்டும் புண்பட்டுப் போகாது.

இதைத்தான் – பண்பு எனப்படுவது பாடு அறிந்து ஒழுகல் – என்கிறது கலித்தொகை.

என் குருநாதரான சிவானந்த மகரிஷி அடிக்கடி மூன்று அறிவுரைகளை நம் மனத்தில் பதியும்படிச் சொல்லிக் கொண்டே இருப்பார்.

அந்த மூன்று அறிவுரைகளும் என்ன தெரியுமா?

சூழ்நிலைக்குத் தகுந்தபடி நடந்து கொள்ளுங்கள். கூடுமானவரையில் சூழ்நிலையை உங்களுக்கு ஏற்றபடி ஒழுங்குபடுத்திக் கொள்ளுங்கள். உங்களைத் தூண்டி நீங்கள் உயரும்படிச் சொல்கிறவர்களுக்கு இடம் கொடுத்து அவர்களை வாழ்த்துங்கள்.

இந்த மூன்று அறிவுரைகளைத்தான் என் குரு மகராஜ் தொடர்ந்து சொல்லுவார்.

துன்பத்தைப் பொறுத்துக் கொள்வதும், அவமதிப்பை ஏற்றுக் கொள்வதும், தொடர்ந்து அவமதிப்பை மதிப்பதும்

ஆன்மிக சாதனை செய்பவர்களுக்கு மிகத் தீவிரமான வழியைக் காட்டுவனவாகும்.

ஒரு மூலையில் அமைதியாக உட்கார்ந்துகொண்டு ஏதாவது ஒரு மந்திரத்தை திரும்பத் திரும்ப ஓதுவதுதான் உயர்ந்த ஆன்மிக சாதனம் என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

இதை யார் வேண்டுமானாலும் செய்யலாம்.

ஒருவர் சாதனம் செய்பவரைக் கேலி செய்யும் போது அதைப் பொறுத்துக் கொண்டு சாதனத்தில் வெற்றி பெறுவது, ஜபமாலை மணிகளை ஆயிரக்கணக்கில் உருட்டிக் கொண்டு இருப்பதைவிட உயர்ந்தது.

இதைத்தான் மந்திரம் கால் மதிமுக்கால் என்ற பழமொழி வலியுறுத்துகிறது.

தவம் என்பது என்ன?

இந்தக் கேள்விக்குத் தகுந்த பதில் இங்குதான் இருக்கிறது.

தொடக்கத்தில் மந்திரங்களை ஓதி ஓதி மனதை ஒருமுகப்படுத்திக் கொள்வதில் ஒன்றும் தவறு கிடையாது.

ஆனால் அனுபவ வாழ்க்கையின் ஒருமுகப்பட்ட மனதை சரியாகப் பயன்படுத்துவதுதான் மிக மிக முக்கியமானது.

இடித்து உரைப்பதைப் புரிந்துகொண்டு வாழ்க்கையில் முன்னேறுவதுதான் முக்கியமானது.

இது ஆன்மிக வாழ்க்கைக்கு மட்டும் என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

அரசியல் வாழ்க்கைக்கும் இதுதான் அடிப்படை.

இடிப்பாரை இல்லா ஏமரா மன்னன்
கெடுப்பார் இலாமல் கெடும்

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

ஒரு அரசனோ, ஆன்மிக சாதகனோ மற்றவர்கள் தம்மை இடித்துக் கூறுவதற்கு வாய்ப்பு இல்லாதபோது, வாழ்க்கையில் முன்னேற முடியாமலே போய்விடுகிறது.

பகை வெளியில் இருந்து வராமல் கோணல் மனத்திலேயே தோன்றி சாதகனைக் கெடுத்து விடுகிறது.

இது மேலே இருக்கும் திருக்குறளின் பொருள் ஆகும்.

தவத்தால் கிடைக்கும் மனோ சக்தியால்தான் பொறி புலன்களை அடக்கும் ஆற்றல் கிடைக்கிறது.

இதுதான் கிரியா யோகத்தின் மூன்று படிகளில் முதல் படியும் ஆகும்.

எல்லாவற்றையும் சிந்தித்துப் பார்க்காமல் ஏற்றுக் கொண்டால் நம்மை முன்னேற்றுவதற்குத் தூண்டுதலாக எது அமைய முடியும்?

பொன் விளக்கு ஆயினும் அதற்குத் தூண்டுகோல் வேண்டும்.

ஒருவர் ஒரு சாதகரைப் பார்த்து 'முட்டாள்' என்று சொல்கிறார். சாதகர் அதைப் புன்முறுவலுடன் ஏற்றுக் கொள்கிறார்.

சாதகர் ஏன் அதை அப்படி ஏற்றுக் கொள்கிறார்?

தம்மை இடித்து உரைப்பதன் மூலம் தாம் தூய்மை அடைவதை உணர்கிறார்.

மங்கி எரியும் விளக்கின் திரியைத் தூண்டிவிட்டால், அது பளீர் என்று சுடர்விட்டு எரியத்தானே செய்யும்.

ஒரு சாதகரை சாதாரண மனிதர்கள் அவருக்கு கோபம் உண்டாகும்படி நடந்துகொண்டால் சாதகர் புன்முறுவலுடன் இருப்பார். கோபித்துக் கொள்ளவே மாட்டார்.

வெல்லுதல் வேண்டின் வெகுளி விடல் என்பதை சாதகர் நன்கு தெரிந்தவர்.

"நீ ஒரு முட்டாள். உன்னுடைய போதனையைக் கேட்டு பலர் துன்பப்படுகிறார்கள்" என்று சாதகரைப் பார்த்து ஒருவர் கடுமையாகத் திட்டுகிறார்.

இதைக்கேட்ட சாதகர் மௌனமாக இருக்கிறார். மெதுவாக சிரித்துக் கொள்கிறார்.

"நான் கேட்டது உமக்குப் புரியவில்லையா ?" என்று மீண்டும் சாதகரைப் பார்த்த அந்த மனிதர் கேட்கிறார்.

"மிக நன்றாக விளங்குகிறது."

"நான் உம்மை வைவதை நீர் புரிந்து கொண்டீரா ? என்பதை நான் நம்பவில்லை" என்று சாதகரிடம் மீண்டும் கேட்கிறார்.

"நான் மிகமிக நன்றாக அதை உணர்கிறேன்."

"பின் ஏன் என்மீது கோபம் காட்டாமல் இருக்கிறீர் ?"

"மகனே! நீ நல்ல சுவையுள்ள பழங்களைக் கொண்டு வந்து எனக்குக் கொடுக்கிறாய். நானோ அந்தப் பழங்களை ஏற்றுக் கொள்ள விரும்பவில்லை. அப்போது நீ என்ன செய்வாய் ?" என்று சாதகர் தம்மை தூற்றிக் கொண்டு இருப்பவரைப் பார்த்துக் கேட்கிறார்.

"நான் உமக்காகக் கொண்டு வந்த பழங்களை, திரும்பவும் எடுத்துக் கொண்டு போவேன்."

"நீ என்னைத் தூஷித்ததை எல்லாம் நான் ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை. நீ என்ன செய்ய வேண்டும் ? நீ தூஷித்ததை எல்லாம் நீயே திரும்ப எடுத்துக்கொள்ள வேண்டியதுதான்" என்று சொன்னார் சாதகர்.

இவ்வாறு ஒவ்வொருவரும் தங்கள் தங்கள் வாழ்க்கையில் நடந்து கொள்வதுதான் உண்மையான அறிவும், தைர்யமும் ஆகும்.

இதையே ஏற்றம் நினைவும் துணிவும் ஆகும் என்கிறது தொல்காப்பியம்.

மனதின் பலம்தான் உண்மையான பலம். அது உடலின் பலத்தைவிட உயர்வானது.

எனவே அடித்தவனைத் திரும்ப அடிப்பது மனோபலம் இல்லாத அறிவீனத்தையே காட்டும்.

இத்தகைய மனோபலம் தவத்தினால் உருவாகிறது.

உடம்பில் உண்டாகிற நோய் உள்ளத்தின் ஆற்றலுக்கு முன்னால் நிற்க முடியாது. மறைந்து ஒழிந்துவிடும். மாறாக மனம் மகிழ்ச்சியில் துள்ளும்.

'மனம் போல வாழ்வு' என்ற பழமொழியின் பொருளும் இதுதான்.

ஒரு தாய் தன் குழந்தையின் உதைகளை பொறுத்துக் கொள்கிறாள். இன்பம் அடைகிறாள். பேறு காலத்தில் அடையும் வேதனையும் குழந்தையைப் பார்த்த கணமே மறைந்து விடுகிறது. அவள் மனதில் மகிழ்ச்சி பொங்குகிறது.

துன்பத்தை ஏற்றுக் கொள்வதும், அதையே இன்பமாக மாற்றுவதும் தவத்தின் ஆற்றலால் உண்டாகும் விளைவுகள் ஆகும்.

"தவமும் தவம் உடையாற்கு ஆகும்."





44. ஸ்வாத்யாய ஆதிஷ்ட தேவதா சம்பரயோக : ||

ஆன்மிக சாத்திரங்களை ஆழ்ந்து படிப்பதன் மூலமாக இஷ்டதேவதையின் அனுக்கிரகம் விரைவில் கிடைக்கிறது.

அத்துடன் சாதனத்தையும் குருவால் உபதேசிக்கப் பட்ட உபதேசத்தையும் செயல்படுத்த வேண்டும்.

சாத்திர ஆராய்ச்சி என்பது முறையாக சாதனம் செய்வதுதான்.

இதற்கு இஷ்ட தேவதையின் தரிசனம் உதவி செய்கிறது.

இஷ்ட தேவதையின் தரிசனத்தால் சாத்திரப்படிப்பும் சாதனமும் ஒன்றுக்கு ஒன்று உதவி செய்துகொண்டு ஓங்கி வளர்கின்றன.

ஒரு குறிப்பிட்ட மந்திரத்தை தொடர்ந்து ஓதுவதன் மூலமாகவும், அஜபமாக அந்த மந்திரத்தை நினைப்பதன் மூலமாகவும் இஷ்ட தெய்வத்தின் தரிசனம் கிடைக்கிறது.

ஒவ்வொரு மந்திரத்துக்கும் ஒரு தெய்வம் உண்டு.

'நமசிவாயம்' என்ற மந்திரத்துக்கு உரிய தெய்வம் சிவம்.

'சரவணபவ' என்ற மந்திரத்துக்கு உரிய தெய்வம் முருகன்.

ஒவ்வொரு பெயருக்கும் ஒரு வடிவம் உண்டு.

ஒரு குறிப்பிட்ட பெயரை ஓதும்போது அதற்கு உரிய வடிவம் தானே தோன்றிக் காட்சி அளிக்கும்.

அந்த வடிவம் மனித உருவத்திலும் வரலாம். ஒளியாகவும் வரலாம். ஒலியாகவும் வரலாம்.

தெய்வம் ஒன்றுதான். நாமம், உருவம் இவற்றின் வேறுபாடுகளினால் தெய்வத்தின் தரிசனமும் வேறுபடுகிறது.





45. சமாதி சித்திராஸ்வரப் ரணிதானாத் ||

சாதகர் சாதகத்தினால் பெற்ற பலனையும் தம்மையும் ஈஸ்வரனிடம் அர்ப்பணம் செய்து கொள்ள வேண்டும். அப்போது சமாதி உண்டாகிறது.

சாதகத்தின் பயனை இறைவனிடம் அர்ப்பணம் பண்ணும்போது சமாதி தோன்றுகிறது.

தம்மையே இறைவனிடம் அர்ப்பணம் பண்ணுகிறபோது சமாதி நிறைவு பெறுகிறது. பரிபூரணத்வம் அடைகிறது.

இறைவனுக்கு நம்மை அர்ப்பணிக்கிற வாழ்க்கை என்றால் என்ன?

இறைவன் எங்கும் இருக்கிறான். உயிர் உள்ள பொருள்களிலும், உயிர் இல்லாத பொருள்களிலும் இறைவன் இருக்கிறான்.

சிறப்பாக மனிதர்களிடம் பூரணத்வம் பெற்று இருக்கிறான். அதாவது உயிர்க்குலத்துக்குப் பணி செய்யும் நிலையில் உயர்ந்து இருப்பவன் மனிதன்.

இதையே மனிதன் என்ற சொல்லும் தெரிவிக்கிறது.

மன் – இதன் என்ற இரண்டு சொற்களால் ஆனது மனிதன் என்ற சொல்.

நிலையான இன்பத்தைக் கொடுக்கும் ஆற்றல் படைத்தவன் மனிதன்.

இதைத்தான் 'யோக பரிசம்' என்கிறார்கள் ஞான யோகிகள்.

கடவுளுக்கு நாம் அர்ப்பணிப்பதை அவர் எங்கே இருந்து ஏற்றுக் கொள்கிறார்?

மனிதர்கள் இடத்தில் இருந்தும், மனிதர்கள் மூலமாகவும் நாம் அர்ப்பணிப்பதைக் கடவுள் ஏற்றுக் கொள்கிறார்.

நாம் எதைச் செய்தாலும் கடவுளை வழிபாடு செய்கிற மனப்பாங்குடன் செய்ய வேண்டும்.

உலகத்துக்கே பணிபுரிகிறோம் என்ற உணர்வுடன் எந்தக் காரியத்தைச் செய்தாலும் கடவுள் அதை விரும்பி ஏற்றுக் கொள்கிறார்.

ஒரு காரியத்தைச் செய்யும்போது யாருக்கும், எந்தப் பொருளுக்கும் எந்தவிதமான துன்பமும் சேதமும் இல்லாமல் செய்ய வேண்டும்.

வீட்டுக்கு வரும் விருந்தினருக்கு ஒரு நாற்காலியைப் போட்டு அதில் அவரை அமரும்படி வேண்டிக் கொள்கிறோம்.

நாற்காலியைத் தரதர என்று இழுத்துப் போடக்கூடாது. அப்படி நாற்காலியை இழுப்பதினால் உண்டாகும் சத்தத்தின் மூலமாக நாற்காலி தான் துன்பப்படுவதைத் தெரிவிக்கிறது.

விருந்தினரும் அப்படி நாற்காலியை இழுத்துப் போடுவதையும், அதனால் ஏற்படும் அருவருப்பான சத்தத்தையும் விரும்பமாட்டார்.

நாற்காலியைக் கூட ஒரு உயிர் உள்ள பொருளை எடுப்பதுபோல அன்போடு எடுக்க வேண்டும்.

நாம் நாற்காலியைத் தூக்கும் போதும், அதை மற்றோர் இடத்தில் வைக்கும்போதும் நாற்காலிக்கோ, நாற்காலி வைக்கும் இடத்துக்கோ, அதில் உட்கார இருக்கும்

விருந்தினருக்கோ எந்தவிதமான அருவருப்பும் ஏற்படாமல் நடந்து கொள்ள வேண்டும்.

எல்லாரும் எல்லாப் பொருளிலும், சூழ்நிலையிலும் இன்பம் அடையும்படியும் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

மனத்தில் இரக்கமோ, அன்போ இல்லாமல் முரட்டுத்தனமாக நடந்துகொள்கிற எந்தக் காரியத்திலும் 'யோகபரிசம்' இருக்காது.

யோகம் என்ற சொல்லுக்கு வேர்ச்சொல் 'உக' என்பதுதான்.

உக என்றால் இன்பமாக இருப்பது. மகிழ்ச்சியுடன் நடந்துகொள்வது என்பதுதான் பொருள்.

இது என்னுடைய இனிய நண்பரான துறவி சதானந்தம் அவர்களுக்கு நான் எழுதிய கடிதத்தை நினைவூட்டுகிறது.

துறவி சதானந்தம் தாம் சாப்பிட்ட தட்டு முதலிய பாத்திரங்களை அலம்பி, சுத்தம் செய்யும்போது கடவுளே தம்முடன் பேசுவதாக நினைப்பார்.

அவர் அந்த தட்டுகளை அன்புடன் அலம்புவார். அப்போது அந்தத்தட்டு இனிய ஓசையை எழுப்பி தமக்கு இன்பம் கொடுப்பதாகச் சொல்வார்.

அந்தத் தட்டுகளை அவசரம் அவசரமாக அங்கும் இங்குமாக இழுத்துத் தேய்த்து அலம்பும்போது ஏற்படும் சத்தம் அந்தத் தட்டுகள் துன்பம் தாங்காமல் அழுவது போலிருக்கும் என்பார்.

நாம் சாப்பிட்ட தட்டுகளை மிகுந்த அன்புடனும் அலம்பி வைப்பதே தெய்வ வழிபாடு ஆகும்.

"சரியான மனப்பாங்கு என்கிற மந்திரக் கோலால் நாம் செய்கிற ஒவ்வொரு காரியத்தையும் தெய்வ வழிபாடாகவே மாற்றிவிடலாம்" என்று சொல்வார் என் குருமகராஜ் சுவாமி சிவானந்தா.

நம்மில் ஒவ்வொருவரும் திடீர் என்று சமாதி நிலைக்கு உயர்ந்து விட வேண்டும் என்று எண்ணுகிறோம்.

இப்போதே நாம் சமாதி நிலைக்கு ஒரு கணத்தில் உயர்ந்து விடலாம்.

அதற்காக குண்டலினியை எழுப்பி சகஸ்ரதளத் துக்குக் கொண்டு போகக்கூட வேண்டியதில்லை.

எந்தக் காரியம் செய்தாலும் அதில் நம்மை பரிபூரணமாக அர்ப்பணம் செய்துகொள்வதே போதுமானது.

நாம் எதையும் நமக்கென்று வைத்துக் கொள்ளாமல் இறைவனுக்கே எல்லாவற்றையும் அர்ப்பணம் செய்யும்போது, நாம் செய்கின்ற செயல் முழுவதும் இறைவனின் செயலாகி விடுகிறது.

இதைத்தான் மாணிக்கவாசகர், "நான் யார்? எனக்கு என ஒரு ஞான உணர்வு ஏது? சிவம் ஊன் நாடி நில்லாவிடில்!" என்கிறார். நான் செய்கின்ற எல்லா செயல்களும் இறைவன் செய்கின்ற செயல்தான் என்று சொல்லுகிறார்.

நமக்கென்று எந்தப் பொருளும் சொந்தம் இல்லாதபோது, அந்தப் பொருளைப்பற்றி நாம் ஏன் கவலைப்பட வேண்டும்?

ஒரு பொருளை நம்முடையது என்று நினைத்துக் கொண்டு, அதன்மீது பற்று வைக்கும்போதுதான் எல்லா துன்பங்களும் ஏற்படுகின்றன.

பற்று என்று நான் சொல்வது நம்முடைய மனதில் ஏற்படும் பற்றுதலைத்தான் சொல்லுகிறேன்.

நாம் துறக்க வேண்டியது உடல் துறவு அல்ல, மனத்தின் துறவுதான்.

உடம்பால் பற்றப்பட்டு இருக்கும் பொருள்களை மனம் பற்றாமல் இருந்தாலே போதும்.

இதைத்தான் 'மனம் போல வாழ்வு' என்பது. நன்றாக தன்னை உணர்ந்து கொள்கிற மனநிலைதான் உண்மையான சமாதி. சமாதி நிலையில் தொடர்ந்து இருக்கிறோம் என்ற உணர்வும் இருக்க வேண்டும்.

எதையும் உணர்வு பூர்வமாக செய்வதுதான் சமாதி நிலையாகும்.

நினைவும் செயலும் சமமாக இருந்து செயல் படுவதுதான் சமாதி நிலை.

ஒரு மூலையில் அமர்ந்துகொண்டு தன்னை மறந்துவிடுவது சமாதி அல்ல. உடம்பு முதலியவற்றை மறந்துவிட்டு உணர்வற்ற பாறாங்கல்லைப் போல இருப்பதும் சமாதி அல்ல.

உண்மையான சமாதி என்றால் என்ன?

மன அமைதியுடன் இருப்பதுதான் சமாதி நிலையாகும்.

இதை எப்படிப் பெறுவது?

இறைவனிடம் எல்லாவற்றையும் உணர்வு பூர்வமாக அர்ப்பணம் செய்யும்போது உண்மையான சமாதி நிலை கூடும்.

பொதுவாக நாம் பெயருக்கும், புகழுக்கும், செல்வச் சிறப்புக்கும் பாடுபட்டு வருகிறோம்.

நெசவுத் தொழிலாளி நெசவுத்தொழிலில் ஈடுபட்டு இருக்கும்போது, தாம் பிரியத்துடன் வளர்த்துவரும் குரங்குக் குட்டியை உடன் வைத்துக் கொண்டு இருக்கலாமா?

குரங்குக் குட்டியை உடன் வைத்துக் கொண்டிருந்தால் நெசவாளி நெய்த துணிகளை எல்லாம் அந்தக் குரங்கு கிழித்துவிடும். தறியில் இருக்கும் நூல்களையும் அறுத்து எறிந்துவிடும்.

ஒருவருக்கு மன அமைதி வேண்டுமானால் ஒவ்வொரு பொருளிலும் இருக்கும் ஆசையை விட வேண்டும்.

பொருள் பற்றும் மன அமைதியும் ஒன்றாக இணையாது.

எந்தச் சமய சாதகரும், தீர்க்க தரிசியும், விஞ்ஞானியும் இரண்டு ஓடங்களில் ஒவ்வொரு ஓடத்திலும் ஒரு கால் வைத்துக் கொள்வதற்கு அனுமதிக்க மாட்டார்கள்.

ஒரு செயலில் ஈடுபட்டு இருக்கும்போது இன்னொரு செயலுக்கு இடம் கொடுக்கக் கூடாது.

அப்படி ஈடுபடுவதற்கு மனத்தில் ஆசை தோன்றினாலும், அதை உடனே அகற்றி விட வேண்டும்.

இதைத்தான் தன்னை மறந்த லயம் தன்னில் இருப்பது என்று சாதகர் சொல்வார்.

எந்தப் பொருளையும் தன்னுடையது, தன்னுடையது என்று சொல்லிக் கொண்டு திரியாமல் இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் மனதில் அமைதி தோன்றும்.

உள்ளும் புறமும் நன்றாக விடுதலை பெற்று இருக்கின்ற மனம்தான் அமைதியை அடையும்.

நம்மிடம் இருக்கும் பொருளை உலகத்துக்கோ, சமூகத்துக்கோ, உறவினர்களுக்கோ, நண்பர்களுக்கோ கொடுத்துவிட வேண்டும். அதுதான் இறைவனுக்கு நம்முடைய பொருளை அர்ப்பணிப்பதாகும். அதுதான் மன அமைதியைக் கொடுப்பதும் ஆகும்.

இறைவனுக்கு எதையும் அர்ப்பணம் செய்வதுதான் மன அமைதியைப் பெறுவதற்கு உரிய எளிய வழிபாடு.

“நீ செய்கின்ற எல்லா செயல்களையும் என் பெயரால் செய். உனக்குப் பரிபூரணமான அமைதியும், நிலையான இன்பமும் கிடைக்கும்'' என்று கீதையில் கண்ணன் உபதேசிக்கிறார்.

இறைவன் பெயரால் ஒரு காரியத்தைச் செய்யும் போது, அதன் பயனை நாம் எதிர்பார்க்கக் கூடாது. இதுதான் கீதையின் அடிப்படை போதனையாகும். இதைத்தான் 'நிஷ்காமிய கர்மம்' என்றும் சொல்வார்கள்.

இந்த அடிப்படை உண்மையை நாம் புரிந்து கொண்டால் போதும். இதற்கு மேல் இருக்கும் பதஞ்சலி முனிவரின் சூத்திரங்களைக் கூடப் படிக்க வேண்டியதில்லை.

ஒவ்வொரு மனிதரும் ஒவ்வொரு விதமான மனப்பாங்குடன் இருக்கிறார்கள்.

ஒவ்வொரு மனிதருடைய சுவையும் மாறுபடுகிறது. அதனால் எல்லா சாத்திரங்களையும் படித்துப் புரிந்து கொள்ள வேண்டி இருக்கிறது.

பலவித எண்ணங்களை உடையவர்களுக்காக சாத்திரங்கள் பலவிதமாக பல வழிகளைக் காட்டுகின்றன.

ஒரு தாய் தம் குழந்தைக்கு ஒரே உணவை பல பாத்திரங்களில் இருந்து எடுத்துக் கொடுக்கிறாள். ஆனால் உணவு ஒன்றுதான். பாத்திரங்கள் தான் வேறுபடுகின்றன.

நாம் எந்தத் தட்டில் இருந்தும் உணவு உண்ணலாம். உணவுதான் முக்கியமானது. சாப்பிடும் தட்டு முக்கியமல்ல.

ஒரே கடவுளை அடைவதற்கு வழிகாட்டவே பல சமயங்களும், சாத்திரங்களும் தோன்றி இருக்கின்றன. எல்லா சமயங்களின் வழிகளும் ஒரே கடவுளை நோக்கித்தான் செல்லுகின்றன.

எல்லா நதிகளும் ஒரே கடலில் போய் சங்கமம் ஆவது போன்றதுதான் இதுவும்.

ஒரு பொருளை நாம் அடைய விரும்புகிறோம். அதை எப்படியாவது அடைவதுதான் முக்கியம். எப்படி அடைந்தோம் என்பது முக்கியம் அல்ல.

பல நல்ல காரியங்களை நாம் செய்ய வேண்டும். அவற்றுள் ஒன்றை மட்டும் முறையாகச் செய்து முடித்து விட்டால் போதும்.

மற்றவை எல்லாம் தானே கிடைத்து விடும்.

ஒன்றை செம்மை செய்து முடிப்பதற்கு உரிய கவனமும், தியானமும் ஏன், சமாதியும்கூட ஒன்றுக்குப் பின் ஒன்றாக வந்து சேர்ந்துவிடும்.

இவற்றுள் ஏதாவது ஒன்று மட்டும் நம்முடைய இயல்பாக மாறி விட்டாலே போதும். மற்றவை தாமே வந்து சேர்ந்து கொள்ளும்.

பிறகு தியானம் முதலிய சாதனங்களில் தனித்தனியே ஈடுபடத் தேவையில்லை. நாம் எப்போதும் தியான நிலையிலேயே இருப்போம்.

தியானம் உண்டானால் செல்வங்கள் யாவும் உண்டாகும் என்று சொல்கிறபோது அதில் இருக்கும் அடிப்படை உண்மையைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

தாரணை - தியானம் - சமாதி என்ற இந்த மூன்றும்தான் யோகத்தின் அக உறுப்புகள் ஆகும்.

யோகத்தின் அக உறுப்புகள் மூன்றும் நன்றாக இணைந்து வேலை செய்கின்ற போதுதான் எல்லா வகையான சித்திகளும் உண்டாகின்றன.





46. ஸ்த்ரசுகம் ஆஸனம் ||

எந்த நிலையிலும் சுகமாகவும் உறுதியாகவும் இருப்பதுதான் ஆசனம்.

அப்படிப்பட்ட ஆசன நிலைகள் பல இருக்கின்றன. பத்மாசனம், தனுர் ஆசனம் முதலிய எண்ணற்ற ஆசனங்கள் உண்டு.

அவற்றுள் எந்த ஒரு ஆசனத்திலாவது உறுதியாகவும், சுகமாகவும் இருக்கும் பயிற்சியில் வெற்றி பெறலாம். இதுவே போதுமானது.

இப்படிச் சொல்லும்போது எல்லா ஆசனங்களையும் எளிதாகப் போடலாம் என்று எண்ணத் தோன்றும்.

ஒரு குறிப்பிட்ட பயிற்சியில் வெற்றி பெறுவதற்கு எந்த ஆசனம் சுகமும் உறுதியும் தருமோ அந்த ஆசனத்தை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு ஆசனத்தில் அமரும்போது கால் வலிக்கிறது, முதுகின் தசையிலும் வலி ஏற்படுகிறது. இப்படிப்பட்ட வலிகள் ஏற்படுமானால் சரியான வழியில் ஆசனம் போடவில்லை என்பதைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

அந்த வலியைப் போக்குவதற்கு இந்தப் பக்கமோ அந்தப் பக்கமோ நகர வேண்டி இருக்கும்.

அப்போது நம்முடைய கால்கள், கைகள், இடுப்பு, முதுகெலும்பு முதலியவற்றைப் பற்றி நினைவு வரும்.

உடம்பு ஆரோக்கியமாக இருக்க வேண்டும். ஏற்கெனவே நம் உடலில் சேர்ந்து இருக்கும் விஷங்களைப் போக்க வேண்டும். உடலின் பல பகுதிகளில் தோன்றும் இறுக்கங்களையும், மன உளைச்சல்களையும் நீக்கிவிட வேண்டும்.

அப்போதுதான் குறிப்பிட்ட ஆசனத்தை உறுதியாகவும் சுகமாகவும் அமர முடியும்.

உடல் சம்பந்தமான விஷமும், மனம் சம்பந்தமான விஷமும் நீங்கினால்தான் எல்லா வகையான இறுக்கங்களும், உளைச்சல்களும் நீங்கும்.

ஏதாவது நம்மை விரைப்பாக இருக்கச் செய்யுமானால் அது நாம் போடும் ஆசனத்தைக் கெடுத்துவிடும்.

உடம்பை விரைப்பாக வைத்துக் கொள்ளக்கூடாது. அதை நெகிழ்ந்து செயல்படும்படி செய்யும்போதுதான் எந்த ஆசனத்தையும் போட முடியும்.

நெகிழ்ச்சி இல்லை என்றால் நிகழ்ச்சியும் இருக்காது என்று யோக ஆசன நிபுணர்கள் தங்கள் அனுபவத்தைச் சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

ஒரு பெரிய மரமும் ஒரு சிறிய செடியும் பேசிக்கொண்டதை நான் இப்போது நினைத்துப் பார்க்கிறேன்.

ஒரு காட்டாற்றங் கரையில் அந்த மரமும் செடியும் வளர்ந்திருந்தன.

பெரிய மரம் தன் பக்கத்தில் இருந்த சிறிய செடியைப் பார்த்தது. அதனுடன் பேசியது:

"நீயோ மிகச் சிறிய செடி. வான் ஓங்கி வளர்ந்து நிற்கும் என் பக்கத்தில் இருப்பது உனக்கு வெட்கமாக இல்லையா ?

என்னைப் பார். நான் எவ்வளவு பருமனாகவும், உயரமாகவும் நீண்ட கிளைகளுடனும் இருக்கிறேன்" என்று அந்தச் செடியை மரம் கேட்டது.

"ஒரு யானை கூட என்னை இங்கிருந்து நகர்த்திவிட முடியாது.

உன்னை நீயே ஒருமுறை பார்த்துக்கொள். நீ இங்கே வந்திருக்கக் கூடாது.

மக்கள் உன்னைப் பார்த்துச் சிரிப்பார்கள்.

நீ ஏன் இங்கிருந்து வேறு இடத்துக்கு போய்விடக் கூடாது?"

செடி தலையைக் குனிந்து மரத்துக்கு வணங்கியது.

"ஐயா! நான் என்ன செய்ய முடியும்? நான் வேண்டும் என்றே இங்கு வளரவில்லை. எதிர்பாராமல் நான் இங்கு வளர்ந்திருக்கிறேன். உங்களைப்போல நான் பலமும், உறுதியும் உடையவன் அல்ல. தயவுசெய்து நான் இங்கு இருப்பதைப் பொறுத்துக் கொள்ளுங்கள். என்னை மன்னித்து விடுங்கள்".

"நீ சொன்னதெல்லாம் சரிதான்!" என்று உரத்த குரலில் சொன்னது பெரிய மரம்.

"ஆனால் நீ இருக்க வேண்டிய இடத்தை மறந்துவிடாதே!" என்று செடியைப் பார்த்து அதட்டியது மரம்.

மரத்துக்கும் செடிக்கும் நடந்த இந்த உரையாடல் மழைக் காலத்தில் ஒரு நாள் நிகழ்ந்தது.

அடுத்த நாளே பெரிய மழை பெய்யத் தொடங்கியது. காட்டாற்றில் பெரும் வெள்ளம் ஓடியது. அந்தக் கட்டையே வெள்ளம் சூழ்ந்துகொண்டது.

காட்டாற்று வெள்ளம் இரண்டு கரைகளையும் அரித்துக்கொண்டு ஓடியது. கரைகளில் இருந்த மரம் முதலிய எல்லாவற்றையும் அடித்துக்கொண்டு சென்றது.

அந்தச் சிறிய செடியுடன் ஆணவத்துடன் பேசிய மரம் காட்டாற்று வெள்ளத்தின் வேகத்துக்கு ஈடுகொடுக்க முடியாமல் வேரோடு சாய்ந்து வெள்ளத்தில் வீழ்ந்தது

ஆனால் அந்தச் சிறிய செடியோ வளைந்து கொடுத்தது. காட்டாற்று வெள்ளம் தன் மீது ஓடும்படி செய்துவிட்டது.

காட்டாற்று வெள்ளம் வடிந்ததும் சிறிய செடி மிகுந்த பசுமையுடன் நிமிர்ந்து நின்றது.

அந்தச் செடி நிமிர்ந்து நின்றது. தன்னைச் சுற்றிலும் பார்த்தது. வானோங்கி நிமிர்ந்து நின்று தன்னை அவமதித்த மரம் எங்கே போனது என்று வியந்தது.

சற்று தூரத்தில் கிடந்த மரம் செடியைப் பார்த்துப் பேசியது:

"உன்னை அவமதித்த நான் காட்டாற்று வெள்ளத்தில் வேரோடு பறித்து இங்கே வீசப்பட்டு கிடக்கிறேன் பார்" என்றது.

"நான் உன்னைப் போல அடக்கமாகவும், எளிமையாகவும், வளைந்து கொடுக்கும் தன்மையுடைய வனாகவும் இருந்து இருந்தால் இந்தக் கதி எனக்கு ஏற்பட்டு இருக்காது! நான் இப்போது அழிக்கப்பட்டுக் கிடக்கிறேன்" என்று பரிதாபப்படும்படி சொன்னது மரம்.

வார்ப்பு இரும்பைப் போன்ற உறுதியும், எஃகைப் போன்ற வளைந்து கொடுக்கும் தன்மையும் ஒவ்வொருவருக்கும் வேண்டும்.

உருக்கு இரும்பு உறுதியானது. கடினமானது. ஆனால் உடைந்து போகும் தன்மையைக் கொண்டது.

நம்முடைய உடம்பு தேவையான அளவு வளைந்து கொடுக்கும் தன்மை உடையதாக இருக்க வேண்டும்.

அப்படி இருந்தால் ஆரோக்யமாகவும் இருக்கலாம். வளைந்து கொடுக்கும் தன்மையுடனும் விளங்கலாம்.

இப்படிப்பட்ட உடலுடன் இருப்பவர்கள் தியானம் செய்வதற்கு உட்காரும்போது ஆசனம் உறுதியுடனும் சுகமாகவும் இருப்பதால் உடம்பைப் பற்றிய நினைவே வராது. தியானத்திலும் எளிதாக ஈடுபடலாம்.

இதைத்தான் தன்னை மறந்து இன்பம் அடைதல் என்று ஆசன நிபுணர்கள் சொல்கிறார்கள்.

உடம்பு முதலியவற்றை மறக்கும்போது உயிர் தன்னைத்தானே அறிந்து கொள்ளவும், தன்னை இயக்கும் இறைவனை அறிந்து கொள்ளவும் முடிகிறது.

இதை ஞானயோகிகள் தன்னை அறிந்து இன்பம் உறுதல் என்று சொல்வார்கள்.

இதற்கு திறமையும் தந்திரமும் தேவை.

"தன்னை அறிந்து இன்பம் உற வெண்ணிலாவே, ஒரு தந்திரம் நீ சொல்ல வேண்டும் வெண்ணிலாவே" என்று

இந்த உண்மையைத்தான் அனுபவித்துப் பாடி இருக்கிறார் வள்ளலார்.

தியானத்தில் இந்த உயர்ந்த நிலையை அடைவதற்கு பூர்வாங்கமாக சில ஆசனப் பயிற்சிகளை நாம் மேற்கொண்டே ஆகவேண்டும்.

ஹத யோகம் என்பது இதற்காகவே உருவாக்கப்பட்ட யோக அங்கம் ஆகிறது.

ஆசனம் என்கிற மூன்றாவது யோக அங்கத்தில் அடிப்படை அங்கமாக ஹத யோகம் பயன்படுகிறது.

தியான நிலையை முழுமையாகப் பெறுவதற்கு மேலும் பல ஹத யோக ஆசனங்களின் பயிற்சிகளையும் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இதற்காகத்தான் ஹத யோகமே உருவாக்கப்பட்டது.

அமைதியாக இருக்க விரும்புகிறவர்களுக்கு அவ்வாறு இருக்க முடியவில்லை.

உடம்பில் வலி ஏற்படுகிறது.

இதற்கு என்ன காரணம்?

உடம்பில் பல இடங்களில் தோன்றும் வாயுவும், பிடிப்பும், பித்தமும்தான்.

அத்துடன் ஒருமுகப்படாத நினைவும் இதற்குக் காரணம் ஆகிறது.

இவற்றில் இருந்தெல்லாம் விடுதலை பெற்று சுகமும் உறுதியும் உடைய யோக ஆசனத்தை எப்படிப் பெறுவது?

தவறான உணவுப் பழக்கத்தினால் உடலில் சேர்ந்திருக்கும் விஷத்தன்மைதான் காரணம்.

எப்போது சாப்பிட வேண்டுமோ அப்போது சாப்பிடாமல் நினைத்த போதெல்லாம் சாப்பிடுவதாலும், தவறான சிந்தனையுடன் சாப்பிடுவதாலும் உடலின் விஷப் பொருள்கள் சேருகின்றன.

விஷப் பொருள்கள் உடலில் சேராமல் செய்யும் நல்ல உணவு எது?

சாப்பிடுகிற உணவின் அளவு, நேரம், நினைவு இவற்றால் மாசுபடுத்தப்படாத உணவுதான் நல்ல உணவு.

யோக ஆசனத்துக்கு உதவி செய்யக்கூடிய உணவு எது ?

மீன், முட்டை, ஆட்டு இறைச்சி முதலிய புலால் உணவுகளை விலக்கிவிட்டு, தாவர உணவைச் சாப்பிடுவது தான் யோக ஆசனத்துக்கு உதவக்கூடிய உயர்ந்த உணவாகும்.

தாவர உணவாக இருந்தாலும் அதை வாசனைத் திரவியங்களைக் கொண்டும் மாசுபடுத்தக்கூடாது.

நம் உடலுக்கு உள்ளேயே சேர்ந்திருக்கும் விஷப் பொருள்களை எப்படி நீக்குவது ?

உடம்பின் பல பாகங்களுக்கும் பயிற்சி கொடுப்பதன் மூலமாக அவற்றைப் போக்கி விடலாம்.

உடலில் இருக்கும் மண் ஈரல், கல் ஈரல், வயிறு முதலிய உராய்வுகளை முன் பக்கமாக வளைந்து செய்வது பஸ்கி மோத்தாசனம். மேலே சொல்லி இருக்கும் உறுப்புகளை இந்த ஆசனத்தின் மூலம் இயக்குவதால் அதில் இருக்கும் விஷப்பொருட்களை நீக்கலாம்.

இந்த ஆசனம் மட்டும் போதாது!

யோக முத்திரை என்ற ஆசனத்தைப் போடுவதன் மூலம் இன்னும் அதிகமாக வயிறு முதலிய உறுப்புகளைச் சுத்தப்படுத்தும்.

இதன் பிறகும் வயிறு முதலிய உறுப்புகளில் நீக்க வேண்டிய விஷப்பொருள்கள் இருந்தால் மயூராசனம் என்கிற மயில் ஆசனப் பயிற்சியில் ஈடுபடவேண்டும்.

மேலும் நீக்க வேண்டிய விஷப்பொருள்கள் வயிற்றில் இருக்குமானால் உத்தியானந்த ஆசனம், வயிற்றை மேலே தூக்கும்படி செய்கிற தௌலி என்ற ஆசனத்தைப் பயில வேண்டும்.

இந்த ஆசனங்கள் வயிற்றை சுழற்றிச் சுழற்றி அதற்குள் இருக்கும் விஷப் பொருள்களை அப்புறப்படுத்தும்.

உடம்பின் பல பாகங்களில் விரைப்பு இருந்தால் அதை எப்படிப் போக்குவது ?

உடம்பை முன் பக்கமாகவும், பின் பக்கமாகவும், வலது பக்கமாகவும், இடது பக்கமாகவும் வளைந்து நிமிர்த்துவதன் மூலமாக சுத்தப்படுத்தலாம்.

ஹத யோகம் தோன்றி பல ஆயிரம் ஆண்டுகள் ஆகிவிட்டன. என்றாலும் அது இன்றைக்கும் என்றைக்கும் பயன்படும் புதுமையுடன் விளங்குகிறது.

எப்போதும் எல்லாக் காலத்திலும் பயன்படக்கூடிய உண்மைகள் ஹத யோகத்தில் அடங்கி இருக்கின்றன.

அவை தங்கம் போன்றவை.

மற்ற பொருள்கள் காலத்துக்கும் சூழ்நிலைக்கும் ஏற்ப மாறும்.

தங்கம் எப்போதும் தங்கமாக தங்கி இருக்கும் ஆற்றல் பெற்றது.

உணவு, நினைவு முதலியவற்றால் மிகையும், குறையும் ஏற்படும்போதுதான் நோய் ஏற்படுகிறது – துன்பம் தோன்றுகிறது.

மிகை, குறை இல்லாத நிலையில்தான் இன்பம் தோன்றுகிறது என்று –

மிகினும் குறையினும் நோய் செய்யும் நூலோர்
வளிமுதலா எண்ணிய மூன்று

சொல்கிறது திருக்குறள்.

மருத்துவத்தில் வாதம், பித்தம், சிலேட்டுமம் என்ற மூன்றும் காற்று – நெருப்பு, நீர் என்பவை.

இவற்றின் அளவு, 4, 2, என்ற அளவுடன் உடம்பில் இருக்க வேண்டும்.

இந்த அளவு மிகுந்தாலும், குறைந்தாலும் உடல் நலமாக இருக்காது.

யோக ஆசனம் இதைப் புரிந்துகொள்ளும் உரை கல்லாக இருக்கிறது!





47. ப்ரயத்ன சைதில்யானந்த சமாபத்தியப்யாம்

யோக ஆசனம் சுகமாகவும் உறுதியாகவும் அமைவதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்?

மனம் இயற்கையாகவே அமைதி இல்லாமல் சஞ்சலப்பட்டுக் கொண்டே இருக்கும் தன்மை உடையது. அந்த மனதை எல்லையற்ற பெருவெளியில் சிந்திக்கும்படித் தூண்ட வேண்டும்.

இவ்வாறு சிந்தனையை எல்லையற்ற பெருவெளியில் செலுத்துவதன் மூலமாக மனம் அமைதி அடையும். பல திசைகளிலும் செல்லும் புலன்களையும் ஒருமுகப்படுத்தும்.

புலன்கள் பலவற்றையும் மாறி மாறி அனுபவிப்பதால் உடம்பில் விஷம் உருவாகிச் சேர்ந்து இருக்கிறது.

மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதன் மூலமாக உடம்பில் சேர்ந்திருக்கும் விஷத்தை நீக்க முடியும்.

எல்லையற்ற பெருவெளியில் மனம் செல்லுகிறபோது அது உறுதி பெருகிறது. சுகமும் அடைகிறது.

இவற்றால் யோக ஆசனம் அதன் முழுத்தன்மையுடன் விளங்குகிறது.

எந்தப் பொருளும் தன்னுடைய நிலையில் இருந்து உயர்கிறபோது நிலையான, உறுதியான அமைதியைப் பெறுகிறது.

மிகச் சிறிய பொருள்கள் எப்போதும் ஆடிக்கொண்டே இருக்கும். அவற்றைச் சிந்திப்பதால் மனதில் அமைதி ஏற்படாது.

விசாலமான பூமியைப்பற்றியும், அதில் இருக்கும் அசையாத மலையைப் பற்றியும் சிந்தனை செய்யும்போது யோகாசனம் உறுதியும் சுகமும் உடையதாக உயர்ந்துவிடும்.

இந்த உண்மையை உணர்த்துவதற்குத்தான் ஆயிரம் தலைகளை உடைய ஆதிசேஷன் என்ற பாம்பு பூமியைச் சுமந்து கொண்டு இருக்கிறது என்று உருவகப்படுத்திச் சொல்லுகிறார்கள்.

மனம் விரிவடைவதற்கு என்று சான்றோர்கள் இப்படிப்பட்ட கற்பனைகளை உருவாக்கி இருக்கிறார்கள்.

இதை அப்படியே உண்மை என்றும் எண்ணிவிடக் கூடாது.

உண்மையைத் தெரிந்துகொள்வதற்கு இப்படிப்பட்ட கற்பனைகள் மிகமிக அவசியமானது என்பதையும் மறந்துவிட கூடாது.

விஞ்ஞானத்திலும் இப்படிப்பட்ட கற்பனைகளைப் பயன்படுத்தித்தான் உண்மையைக் கண்டுபிடிக்கிறார்கள்.

ஆயிரம் தலையுடைய ஆதிசேஷன் பூமையக் கவர்ச்சி என்ற பிரமாண்டமான சக்தியை உருவகப்படுத்துகிறது.

இந்த சக்திதான் உலகத்தில் உள்ள கிரகங்கள், நட்சத்திரங்கள் முதலியவற்றை எல்லாம் ஒழுங்காக இயங்கச் செய்துகொண்டு இருக்கிறது.

உயிர்ச் சக்தியும் இப்படி மிகப் பெரிதாக விரிந்து நின்று இதற்குத் துணையாக விளங்குகிறது.

ஆயிரம் தலையுடைய ஆதிசேஷன் என்ற பாம்பு எப்படி உயிர் வாழ்கிறது என்று கேட்கலாம். அது காற்றைப் புசித்துக்கொண்டு வெட்ட வெளியில் வாழ்கிறது என்கிறார்கள்.

நம்முடைய நம்பிக்கைக்கும் பழக்க வழக்கங்களுக்கும் ஏற்றபடிதான் நம்முடைய சிந்தனையும் உருவாக முடியம் – விரிவடையவும் முடியும்.

நூறு மாடி கட்டடம் அசையாமலும், உறுதியாகவும் இருப்பதற்கு அதன் அஸ்திவாரம் மிகவும் உறுதியாகவும் விரிவாகவும் இருக்க வேண்டும்.

நான் இமயமலையைப் போல உறுதியானவன் என்று பலர் சொல்லிக் கொள்கிறார்கள்.

அவர்கள் என்ன உயிர் அற்ற மலைகளா? இல்லையே!

தங்கள் மன உறுதியை உணர்த்துவதற்காக அப்படிச் சொல்லிக் கொள்கிறார்கள்.

மன அமைதியின் மூலமாகத்தான் உடல் அமைதியும் ஏற்பட முடியும்.

ஆனால் உடம்பை அமைதியாக வைத்துக்கொள்ள முடியாதவர்களால் மனதை எப்படி அமைதியாக வைத்துக் கொள்ள முடியும்?

எனவே தந்திர யோகிகள் யோக ஆசனத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டே தந்திர யோகத்தை வளர்க்கிறார்கள்.

உடம்பை அசையாமல் பல மணி நேரம் ஒரே இடத்தில் இருக்கும்படிச் செய்துவிட்டால்போதும். மன அமைதி தானே வந்துவிடும் என்று தந்திர யோகிகள் வலிவுறுத்துகிறார்கள்.

"உடம்பார் அழியில் உயிரார் அழிவர், திடம்பட ஞானம் சேவும் மாட்டார்" என்கிறார் ஞான சித்தரான திருமூலர்.

தந்திர யோக நிபுணரான என்னுடைய குருமார்களில் ஒருவர் சொல்லுவதைக் கேளுங்கள்.

ஒரு மந்திரத்தை மணிக்கணக்கில் ஜபித்துக் கொண்டிருக்க வேண்டியதில்லை. அஜபமாக அந்த

மந்திரத்தை எண்ணிக் கொண்டிருக்கவும் வேண்டிய அவசியமில்லை.

மூன்று மணி நேரம் உடம்பை அசைக்காமலும், கண்ணை இமைக்காமலும் செய்துவிட்டாலே போதும்.

இதை எப்படிச் செய்வது?

மன அமைதியும், உறுதியும் சேர்ந்துதான் எந்த ஆசனத்தையும் சுகமான நிலையில் உருவாக்க முடியும்.

இப்படிப்பட்ட ஆசனத்தின் துணையால்தான் தந்திர யோகத்தில் செய்யக்கூடிய சித்திகளை எல்லாம் செய்யலாம் என்று சொல்லுவார்கள்.

மூன்று மணி நேரம் தந்திர யோகி சொல்லுகிறபடி அசையாமலும், கண் இமைக்காமலும் ஓர் இடத்தில் அமர்ந்திருக்கும் ஆசன நிலைக்கு உயர்ந்து விட்டால் மனம் தானே நம்முடைய ஆட்சிக்குள் வந்துவிடும்.

அதனால் அட்டாம சித்திகளையும் செய்யலாம்.

உடம்பு இந்த நிலையை அடைவதற்கு உரிய பயிற்சிதான் யோக ஆசனப் பயிற்சியாகும்.

"மந்திர குருவே, யோகத் தந்திர குருவே, மூலன் மரபில் வரும் மவுன குருவே" என்று தாயுமானவர் ஆசனத்தின் சிறப்பைப்பற்றி சொல்லி இருக்கிறார்.

"மந்திர, யந்திர, தந்திரபாதா" என்று இதையே வள்ளலாரும் சொல்கிறார்.

பசிக்கிறது நான் சாப்பிட வேண்டும் என்று மனது துடிக்கிறது.

நேரமாகிவிட்டது; நான் சினிமாவுக்குப் போக வேண்டும் என்று மனம் தூண்டுகிறது.

இப்படியே பலவற்றையும் அடைய வேண்டும், அடைய வேண்டும் என்று ஓடிக்கொண்டு இருக்கும் மனதை, மூன்று மணி நேரம் உடம்பு ஒரே இடத்தில் இருப்பதால் – மனத்தை அடக்கி நெறிப்படுத்திவிடலாம்.

மனம் விரும்புகிற எதையும் செய்வதற்கு உடம்பின் ஒத்துழைப்பும் வேண்டும் என்பதை மனத்துக்கு உணர்த்தி விடலாம்.

இதுதான் ஆசனத்தின் மூலமாக நாம் பெறுகிற பெரும் பயனாகும். அற்புதமும் ஆகும்.

இன்றும் பல சித்திகளும் மனதை அடக்குவதற்குப் பயன்படுகின்றன.

யார் அதிகமாக சாப்பிடுவார்கள் என்று போட்டிப் போட்டுக்கொண்டு அதில் வெற்றிபெறுவது ஒரு சித்தியாகும்.

குறிப்பிட்ட அளவு உணவை, குறிப்பிட்ட நேரத்தில் சாப்பிட வேண்டும் என்று தீர்மானிக்கிறோம்.

தவ சித்தி என்பது ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்திலே குறிப்பிட்ட காலம் வரை இருப்பது என்று தீர்மானிப்பது.

இத்தகைய தீர்மானங்கள் பல வழிகளில் சிதைக்கப்படுகின்றன.

எப்படி ?

விரதம் இருக்க வேண்டும் என்று தீர்மானிக்கிறோம். நமக்கு வேண்டிய நண்பர்கள், நாம் விரும்புகிற உணவைக் கொண்டுவந்து கொடுக்கிறார்கள்.

விரதத்தை நாளைக்கு வைத்துக்கொள்ளலாம் என்று சொல்கிறார்கள்.

நாமும் அதை ஏற்றுக் கொள்கிறோம்.

ஆறு மாதத்துக்கு வேறு எங்கும் செல்லக்கூடாது. வீட்டிலேயே இருக்க வேண்டும் என்று சபதம் எடுத்துக் கொள்கிறோம். அதை செயல்படுத்த ஆயத்தமாகவும் இருக்கிறோம்.

நம்முடைய நெருங்கிய நண்பர் ஒருவர், “மதுரையில் ஒரு பொருட்காட்சி நடைபெறுகிறது. அதற்கு வேண்டிய டிக்கட்டும் வாங்கியாகிவிட்டது. அங்கு தங்குவதற்கு ஐந்து நட்சத்திர ஓட்டலில் இடமும் ‘ரிசர்வ்’ செய்திருக்கிறோம்” என்று சொல்லி நம்மை வற்புறுத்துகிறார்.

நாம் அவருடன் மதுரைக்குச் சென்று விடுகிறோம்.

இதுபோல நம்முடைய வாழ்க்கையில் நாம் எடுத்துக் கொள்ளும் தீர்மானத்தில் இருந்து நழுவி விடுகிறோம்.

ஏதாவது ஒரு சபதம் எடுத்தோமானால் அதை நிறைவேற்றியே தீர வேண்டும். தவறினால் தீங்கு ஏற்படும்.

"உறுதி! உறுதி! உறுதி! – உறுதிக்கு ஓர் உடைவு உண்டாயின் இறுதி! இறுதி! இறுதி!" என்று பாடுகிறார் மகாகவி பாரதியார்.

எந்தத் தீர்மானத்திலும் உறுதியுடன் இருக்க வேண்டும் என்பதையே மகாகவி பாரதியார் வலியுறுத்துகிறார்.

"குறிக்கோள் இல்லாமல் கெட்டேன்" என்கிறார் அப்பர் பெருமான்.

சைவ சமயத்தை வளர்த்த நாயன்மார்கள் அறுபத்து மூவர்.

அவர்கள் ஒவ்வொருவரும் தாங்கள் எடுத்துக் கொண்ட குறிக்கோளில் உறுதியாக இருந்து வெற்றி பெற்று இருக்கிறார்கள்.

இந்த வெற்றியை அடைவதற்காக தங்கள் உடலையும், உயிரையும் கூட அர்ப்பணித்து இருக்கிறார்கள்.

இதற்கு உதாரணமாக மெய்ப்பொருள் நாயனாரைச் சொல்லலாம்.

அவர் ஒரு சிற்றரசர்.

அவருடன் போரிட்டு தோற்றுப்போன முத்தநாதன் என்ற சிற்றரசர் போரிட்டு அவரை வெல்ல முடியாது. தந்திரமாகத்தான் அவரைக் கொல்ல முடியும் என்று தீர்மானித்தான்.

திருநீறு அணிந்து கொண்டு தம்முன் வரும் யாரையும் சிவபெருமான் என்றே மதித்து வணங்குவது மெய்ப்பொருள் நாயனாரின் குறிக்கோள்.

மெய்ப்பொருள் நாயனாரின் குறிக்கோளை முத்தநாதன் தெரிந்து கொண்டான்.

தன் நெற்றியில் திருநீறை அணிந்து கொண்டான். சிவவேஷத்தில் இப்போது காட்சி அளித்தான்.

ஒரு வாளை எடுத்துக் கொண்டான். அதை ஒருதுணியில் சுவடியை சுருட்டுவது போல சுருட்டிக் கொண்டான்.

மெய்ப்பொருள் நாயனாரின் அரண்மனைக்கு வந்தான்.

"நான் அரசனைப் பார்க்க வேண்டும்" என்றான்.

அப்போது அரசனின் மெய்காப்பாளர் ஆகிய தத்தன் அங்கு வந்தார்.

அவருக்கு முத்தநாதனைப் பார்த்தவுடன் சந்தேகம் வந்துவிட்டது.

"நீ அரசனைப் பார்க்க விரும்புவது எதற்கு?" என்று கேட்டார்.

"சிவ ரகசியத்தைப் பற்றிச் சொல்லும் ஒரு சுவடியைக் கொண்டு வந்திருக்கிறேன். அந்தச் சுவடியின் சிவரகசியத்தை அரசனிடம் தனியே இருந்து சொல்ல வேண்டும்" என்றான்.

தத்தன் இவன் அரசனின் பகைவன் என்பதைத் தெரிந்து கொண்டார். இருந்தாலும் சிவ வேடம் தரித்தவர் யாராக இருந்தாலும் அவரை சிவனாக மதித்து என்னிடம் அனுப்ப வேண்டும் என்பது அரசனின் கட்டளை.

தத்தன் அரசனிடம் சென்றார். "தங்களைப் பார்க்க சிவ வேடத்துடன் வந்திருப்பவர் தங்களுடைய பகைவன் என்பதில் சந்தேகமில்லை" என்று சொன்னார்.

"சிவ வேடம் தரித்தவர் என்கிறாயே அவர் நெற்றியில் திருநீறு அணிந்து இருக்கிறாரா?" என்று அரசன் கேட்டார்.

"ஆம் திருநீறு அணிந்திருக்கிறார். அத்துடன் 'சிவ ரகசியம்' என்ற சுவடியையும் துணியில் பத்திரமாக சுருட்டி வைத்திருக்கிறார்" என்றார் தத்தன்.

"அப்படியானால் திருநீற்றையே மெய்ப்பொருளாக மதிக்கும் நான், சிவபெருமான் ரகசியத்தை அவரிடம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்" என்றார் அரசர்.

தத்தன் சிவவேடதாரியை அரசன் கட்டளைப்படி அவரிடம் அனுப்பி வைத்தார்.

அரசன் வேடதாரியை தக்க ஆசனத்தில் அமரும்படிச் சொன்னார்.

இதைக்கேட்ட பகை அரசன், "இந்தச் சுவடியில் இருக்கும் சிவரகசியத்தைத் தங்களிடம் நான் தனிமையில் சொல்ல வேண்டும். இங்கு என்னை அழைத்து வந்திருக்கும் அந்த மனிதரும் இங்கு இருக்கக் கூடாது" என்றான்.

தத்தனைப் பார்த்து அரசன் அங்கிருந்து போகச் சொன்னார்.

"உண்மையாகவே நான் இங்கிருந்து வெளியில் செல்ல வேண்டுமா?" என்று கேட்டார் தத்தன்.

"ஆமாம்! நீ இங்கிருந்து போகத்தான் வேண்டும்" என்று அரசர் கட்டளை இட்டார்.

தத்தன் வெளியே சென்றாலும் மறைந்து இருந்து தன் கடமையில் கண்ணும் கருத்துமாக இருந்தார்.

அப்போது அரசன் தமக்கு சிவரகசியத்தைப் போதிக்க வந்திருப்பவரை வணங்கினார். "எனக்கு சிவ ரகசியத்தை உபதேசியுங்கள்" என்று வேண்டிக் கொண்டார்.

அப்போது சுவடிக் கட்டைப்போல கொண்டு வந்த வாளை வெளியில் எடுத்தான் முத்தநாதன். அடுத்த கணம் அரசனை வெட்டினான்.

அந்தச் சமயத்தில் தத்தன் உள்ளே நுழைந்தார்.

அவரைப் பார்த்த அரசர், "அவருக்கு ஒரு தீங்கையும் செய்துவிடாதே! அவர் நம்மவர். வழியில் அவருக்கு யாராலும் எந்தத் தீங்கும் ஏற்படாமல், அவரை நம் நாட்டின் எல்லைக்கு வெளியில் கொண்டு போய் விட்டுவிட்டு வா. அவர் பத்திரமாக சென்றுவிட்ட செய்தியை என்னிடம் வந்து சொல்" என்று தத்தனுக்கு ஆணையிட்டார்.

தத்தன் அவ்வாறே செய்தார்.

அரசன் உயிரும் பிரிந்தது.

ஆசனம் உறுதியாகவும் சுகமாகவும் அமையும் பயனை மெய்பொருள் நாயனார் வாழ்க்கை எப்படி விளங்குகிறது ?

அவருடைய லட்சியமாகிய சிவ சின்னம், அவருடைய லட்சியத்தில் உறுதியாக இருப்பது, அவருடைய மெய்ப்பொருள் ஆகிறது.

இதில் அவருடைய உறுதியான ஆசனம் மன உலகில் நிலைபெறுகிறது. வெற்றியும் தருகிறது.

மெய்ப்பொருள் நாயனார் முன்னால் சிவபெருமான் காட்சி அளித்தார். மெய்ப்பொருள் நாயனாரை தம்முடைய சிவகணத்தில் ஒருவராகச் சேர்த்துக் கொள்கிறார்.

இதுதான் சான்றாண்மைக்கு அடிப்படையாகிறது.

துன்பம் செய்தவர்களுக்கும் இன்பம் செய்வதே சான்றோர்களின் ஸ்திரப்பிரக்ஞையாகும்.

இவரைப் போல மற்ற எல்லா நாயன்மார்களும், தங்கள் குறிக்கோளில் உறுதியாக நிறைவேற்றியவர்கள்.

அதற்காக மகத்தான தியாகங்களைச் செய்தவர்கள்.

நாம் ஒரு லட்சியத்தை நிறைவேற்ற வேண்டுமானால் அதில் உறுதியாக நின்று வெற்றி பெற வேண்டும்.

அந்த லட்சியத்தில் இருந்து சிறிதும் மாறிவிடக் கூடாது.

நம்முடைய திருமணத்தில் நாம் ஏற்றுக்கொள்கிற உறுதியும் இப்படிப்பட்டவைதான்.

கணவனுக்கு மனைவி தெய்வமாகவும், மனைவிக்கு கணவன் தெய்வமாகவும் இருக்க வேண்டும் என்று உறுதி எடுத்துக் கொள்கிறார்கள்.

கணவன் தவறான நடத்தை உடையவனாக இருந்தாலும் அவரைத்திருத்தி உயர்ந்த ஞானியாக மாற்றிய மனைவிமார்களையும் நாம் புராணங்களில் படித்திருக்கிறோம்.

சாவித்திரி, சீதை போன்ற உத்தமிகள் தோன்றிய நாடு பாரத நாடு.

அவர்கள் தாங்கள் மேற்கொண்ட லட்சியத்துக் காகவே வாழ்ந்தவர்கள்.

இப்படிப்பட்ட சான்றோர்கள் தோன்றியதனால்தான் ஞானபூமி என்று பாரதநாடு போற்றப்படுகிறது.

உலகத்துடன் ஒப்பிட்டுப் பார்த்தால் இன்றும் பாரத நாடுதான் உலகத்துக்கு வழிகாட்டும் நிலையில் இருக்கிறது.

காலத்துக்கு, காலம் லட்சிய புருஷர்கள் தோன்றி பாரதத்தின் புனிதத்தைக் காப்பாற்றி வருகிறார்கள்.





48. ததோ த்வந்த்வான பிகாதஃ ||

உறுதியான சுகமாக நிலையில் ஆசனத்தில் அமரும் பயிற்சியில் சாதகர் வெற்றி பெற்று விடுகிறார்.

அதன்பிறகு சாதகரை குளிர்ச்சி, உஷ்ணம், இன்பம், துன்பம் முதலிய முரண்பட்ட சக்திகளால் தொந்தரவு கொடுக்க முடியாது.

சுகஆசனம் சாதகருக்கு கைவந்த பிறகு எப்படிப்பட்ட தீய சக்திகளும் சாதகரை அணுகமுடியாது.

தொழிலில் ஏற்படும் லாபமோ, நஷ்டமோ, தனி வாழ்க்கையில் ஏற்படும் இன்பமோ, துன்பமோ சாதகரை பாதிக்க முடியாது.

பலர் பாராட்டினாலும், தூற்றினாலும், கோடிக் கணக்கில் தொழிலில் லாபமோ, நஷ்டமோ ஏற்பட்டாலும் மனதில் அதிர்ச்சி ஏற்படாது.

அதனால் ஆசனத்தின் உறுதியும் – சுகமும் குலைந்தும் விடாது.

மனம் சாதகரின் ஆளுகைக்குள் வந்து விட்டதால் அது சுக துக்கங்களால் பாதிக்கப்படுவதில்லை. மாறாக மேலும் மேலும் மனத்தின் ஆற்றல் வளர்ந்து கொண்டே இருக்கிறது.

ஆசனத்தில் இருப்பவரின் அனுமதி இல்லாமல் மனம் அவருக்கு எப்படிப்பட்ட தீங்கையும் விளைவிக்க முடியாது.

"நான் அழ வேண்டிய சூழ்நிலையில் இருக்கிறேன். நான் அழுவதற்கு அனுமதி கொடுக்க முடியுமா?" என்று மனம் உயிரிடம் கேட்கும் – உயிர் அனுமதி கொடுத்தால்தான் மனம் தான் விரும்பியதைச் செய்ய முடியும்?

"நீ அழவில்லை என்றால் மக்கள் என்னை மதிக்க மாட்டார்கள். எனவே அழுதுவிட்டுப்போ" என்று இறைவன் ஆட்சியில் இருக்கும் உள்ளம் நம் ஆட்சிக்குள் இருக்கும் மனதுக்கு அனுமதி அளிக்கிறது.

மற்றவர்களோடு சேர்ந்து அழும் அழுகையைத் தவிர, மனத்தை அடக்க முடியாமல் அழுகின்ற அழுகை அல்ல.

உள்ளம் என்பது இறைவன் ஆட்சியில் இருக்கும் மனதையே குறிக்கிறது.

இறைவன் உயிரை இயக்குவதும் இந்த முறையில்தான்.

சில சந்தர்ப்பங்களின் கோபம் வந்தது போல நடிக்கவும் வேண்டும்.

இது சூழ்நிலையை அடக்குவதற்காக நடிக்கும் நடிப்புதான். உண்மையாகவே கோபப்படும் கோபம் அல்ல.

சுகஆசனம் உறுதியுடன் நிலைபெறுவதற்கு மனதையும், இறைவன் ஆட்சியில் இருக்கும் மனமாகிய உள்ளத்தையும், வேறுபடுத்தித் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

உடம்பின் தேவையை நிறைவேற்றுவது மனம்.

உயிரின் தேவையை நிறைவேற்றுவது உள்ளம்.

"மனம் எனும் தோணி பற்றி, மதி எனும் சரக்கை ஏற்றி... செறிகடல் ஒடும்போது, சினம் எனும் பாறை தாக்கி..." என்று மனதுக்கும், உள்ளத்துக்கும் உள்ள வேறுபாட்டை தம் அனுபவத்தின் மூலமாக உணர்ந்து சொல்லி இருக்கிறார் அப்பர் பெருமான்.

சுகதுக்கம் என்கிற எதிர்மறைக் குணங்கள் ஆசனத்தில் உறுதியாகவும் சுகமாகவும் இருக்கும் நிலைக்கு உயர்ந்தவர்களை ஒன்றும் செய்ய முடியாது.

வேறு எந்த தீய சக்திகளும் அவர்களை அணுகவே முடியாது.



49. தஸ்மின் ஸதி ச்வாஸப்ரச் வாஸயோர்கதி விச்சேத : ப்ராணாயம : ||

ஆசனத்தில் உறுதியாகவும் சுகமாகவும் அமர்ந்து பயிற்சி செய்யும்போது, மூச்சுக்காற்றை வெளியில் விட்டும் உள்ளே இழுத்தும் – உள்ளும் புறமும் நிறுத்தியும் பிராணாயமம் செய்யும் நிலைக்கு உயர்கிறோம்.

பிராணன் – யாமம் என்ற இரண்டு சொற்கள் சேர்ந்து தீர்க்க சந்தியால் 'பிராணாயாமம்' என்ற சொல் உருவாகிறது.

பிராணன் என்ற சொல் இங்கு மூச்சுக் காற்றை மட்டும் குறிப்பிடவில்லை.

பிராணன் அபாணன் என்பதைப்போல ரேஸக, பூரக, மூச்சைக் குறிப்பிடுவதாக எண்ணிவிடக்கூடாது.

பிராணன் என்பது உயிர்ச் சக்தியைக் குறிப்பிடுகிறது.

அது உயிர் மூளையாகிய முகுளத்தில் இருந்து கொண்டு, இதயத்தையும் ரத்த ஓட்டத்தையும் நெறிப்படுத்துகிறது.

அவைகளை இறைவன் அருளால் யோகி தன்னுடைய ஆட்சிக்குள் கொண்டு வருவதுதான் பிராணாயாமம்.

அது பல அற்புதங்களைச் செய்ய வழிகாட்டுகிறபோது பிராணன் + நவம் = பிரணவம் ஆகிறது. ஓங்காரம் ஆகிறது – ஆங்காரம் தீர்கிறது.

இதைத்தான் ''ஆங்காரம் அற்று அனுபவம் கைகூடார்'' என்கிறது திருமந்திரம். இதுதான் பிராணாயாமம்.

சிலர் நினைக்கிறார்கள், மூச்சை அடக்குவதுதான் பிராணாயாமம் என்று.

இப்படி அடக்கி வைத்திருக்கும்போது நரம்பு மண்டலத்தின் எதிர்ப்பால் உடம்பில் பல அசௌகரியங்களும், நோய்களும் ஏற்படுகின்றன.

இப்படிச் செய்வது இயற்கைக்கும் விரோதமானது.

நாம் இயல்பாக மூச்சுவிடும்போது அதன் இயக்கம் மென்மையாகவும் இருக்க வேண்டும். நம்முடைய ஆட்சிக்குள் தானே அடங்கியும் இருக்க வேண்டும்.

இல்லையென்றால் நம் மூச்சை பலவந்தமாக வெளியே தள்ளியும் உள்ளே இழுத்தும் நாடி சுத்தி செய்து கொள்ள முடியாது. மூக்கு முதலிய இடங்களைச் சுத்தம் செய்துகொள்ள முடியாது.

உணவுக் குழாயிலும் மூச்சுக் குழாயிலும் ஏற்படும் தடைகளையும் நீக்கிக் கொள்ள முடியாது.

மூச்சை வலது பக்கமும் இடது பக்கமும் மாறி மாறி செல்லும்படிச் செய்வதால் நாடி சுத்தி ஏற்படுகிறது.

இங்கு நாடி என்பது இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை என்ற மூன்று வகையான மூச்சின் இயக்கத்தையே குறிப்பிடுகிறது.

மூக்கின் வலது பக்கத்தில் மூச்சு ஓடுவதற்கு பிங்கலை என்று பெயர்.

மூக்கின் இடது பக்கத்தில் மூச்சு ஓடுவதற்கு இடகலை என்று பெயர்.

பிங்கலையும், இடகலையும் சமமாக ஓடுவதற்கு சுழிமுனை என்று பெயர்.

இடது பக்க மூச்சும், வலது பக்க மூச்சும் ஒன்று சேர்ந்து இரண்டு பக்கத்திலும் சமமாக மூச்சு வெளியில் வந்து,

சமமாக மூச்சு உள்ளே செல்வதற்குத் தான் சுழுமுனை சுவாசம் என்று சொல்வார்கள்.

இதற்கு மூக்கின் இரண்டு துவாரங்களும் தூய்மையாக இருக்க வேண்டும். அப்படி இல்லையானால் சுழிமுனை நாடி இயக்கம் இருக்காது.

காரணம் உஷ்ணமும் குளிர்ச்சியும் மாறி மாறித் தோன்றி நாடி இயக்கத்தை ஒழுங்காக இரண்டு பக்கத்திலும் வராமல் தடை செய்துகொண்டு இருக்கும்.

வலது மூக்கின் வழியாக மூச்சு இயங்கும்போது உஷ்ணமும், இடது மூக்கின் வழியாக மூச்சு இயங்கும்போது குளிர்ச்சியும் ஏற்படும்.

இதனால் உஷ்ணமும், குளிர்ச்சியும் சமமாக இயங்கி எந்த வகையான அசௌகர்யமும் ஏற்படாமல் சமமாக மூச்சு இயங்க முடியும். மன நிலையும் சம நிலையில் இருக்க முடியும்.

இந்த நிலையில் பிராணாயாமம் சமமாகவும், சுகமாகவும் அமைந்து உதவும்.

பிரபஞ்சத்தின் இயக்கத்துக்கே அடிப்படையானது பிராணன் என்கிற உயிர்ச் சக்திதான்.

இது மோட்டார் காரை இயக்குகின்ற பெட்ரோல் போன்றது; மின்சார சக்தி இரு முனைகளாக ஓடி ஒரு பல்பின் மூலமாக ஒளியைத் தருவதைப் போன்றது.

இவ்விதம் சக்தி இயக்கத்தில் இரண்டு முனைகள் இருக்கின்றன.

அணுத் துகள்களில் இரண்டு வகை உண்டு. மின் துகள் அருவி ஒருவகை. முள் துகள் அருவி ஒருவகை. இந்த இரண்டு சக்திகளும் சேரும்போதுதான் ஒளி உண்டாகிறது.

இவற்றை எதிர் அருவி என்றும் நேர் அருவி என்றும் சொல்வார்கள்.

நம்முடைய எண்ணங்கள்கூட பிராணாயாமத்தின் மூலமாகத்தான் இயக்கப்படுகின்றன.

பிராணனை நெறிப்படுத்துவது அவ்வளவு சுலபமான காரியம் அல்ல.

எண்ணம் கடினமாக இருக்கும்போது பிராணனின் இயக்கமும் கடினமாகிறது.

இதை எளிதாக்குவதற்கு நம்முடைய ஆணவத்தை ஒரு சான்றோர் திருவடியில் அர்ப்பணம் செய்துவிட வேண்டும்.

இதனால் ஏற்படும் மனதின் இனிமையான இயக்கம்தான் செயலின் கடுமையை குறைப்பதற்கு உதவி செய்கிறது.

இந்தப் பயிற்சியைப் பெறுவதற்குப் போதுமான காலமும் வேண்டும்.

"காலம் செய்வது ஞாலம் செய்யாது" என்ற பழமொழி இதைத்தான் உணர்த்துகிறது.

நம் உடம்பின் எல்லா இடங்களிலும் பிராண சக்தியின் சேமிப்பு இருக்கிறது.

அதை செயல்படுத்தும்போது எடுத்துக் கொள் கிறோம்.

மோட்டார் காரின் பெட்ரோல் டாங்கில், பெட்ரோல் சேமிப்பு நிலையம் ஒன்று இருக்கிறது. தேவைப்பட்டபோது அந்த ரிஸர்வ் டாங்கில் பெட்ரோலைத் திறந்து கொள்கிறோம்.

பிராண சக்தியின் சேமிப்பு இரண்டு வகையில் நடைபெறுகிறது.

ஒன்று நம்முடைய கவனத்தால் நடைபெறுவது இது நம்முடைய நரம்பின் பரிவு மண்டலம் செய்கிற வேலை.

மற்றொன்று நம் கவனத்தையும் நம்முடைய உண்மையான தேவையையும் அறிந்து உயிருக்கு உயிராகிய கடவுளே அருள் புரிவது.

இதை உயர் பரிவு நரம்பு மண்டலத்தின் செயல் என்பார்கள்.

இதனால் நாம் இயல்பாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டு வரும் பிராண சக்தியின் சேமிப்பைவிட பல மடங்கு அதிகமாக

இறைவனே நமக்காக பிராண சக்தியை சேமித்து வைத்திருக்கிறார்.

இது நம்முடைய விருப்பத்துக்கும் அப்பாற்பட்ட உடல் இயக்கத்தால் ஏற்படுவது.

இதற்கு அதயோகிகள் தந்திருக்கும் பெயர் 'குண்டலினி சக்தி' என்பதாகும். குண்டலனி சுருண்டு படுத்துக்கொண்டு சுகமாக உறங்கிக் கொண்டு இருக்கும் பாம்பை எழுப்புவதைப் போன்றது என்று சொல்கிறார்கள்.

குண்டலினி சக்தியை எழுப்புவதைப் பற்றி பலர் பலவிதமாகப் பேசுகிறார்கள்.

இப்படிப் பேசிக் கொண்டு இருப்பவர்கள் அன்றாட வாழ்க்கைக்கு வேண்டிய பிராண சக்தியைக்கூடப் பெற முடியாமல் தவிக்கிறார்கள்.

குண்டலினியின் சக்தியைப் பற்றி அவர்கள் கொடுக்கும் விளக்கத்தினால் யாருக்கு என்ன பயன் ? ஒன்றும் இல்லை.

பிராண சக்தியைப் பயன்படுத்தத் தெரியாதவர்கள் குண்டலினி சக்தியைப் பற்றிப் பேசுவது அர்த்தமற்றது.

நம்மிடம் தெய்வ பக்தி ஏற்படுவதற்கும், பிராண சக்தியை அதனால் சேமித்துக் கொள்வதற்கும் நான் இதை வலியுறுத்திச் சொல்கிறேன்.

பிராண சக்தியை இவ்வாறு சேமித்து வைத்து இருப்பது நமக்குத் தேவைப்படும்போது அது நமக்குள் தெரியாமல் வந்து நமக்கு உதவி செய்கிறது.

பலாத்காரமான மிகவும் கடினமான மூச்சுப் பயிற்சியினால் குண்டலினி சக்தியை எழுப்பிகொள்ள முயல்வது விபரீதமான முடிவுக்குள் சாதகரைத் தள்ளிவிடும்.

மூச்சை வெளியே விடுவது உடலில் ஏற்படும் உஷ்ணத்தைக் குறைப்பதற்காகத்தான். அதனால் இந்தச் செயலை ரேசகம் என்று சொல்லாமல் ஆறுதல் என்கிறார் திருமூலர்.

மூச்சை உள்ளே இழுப்பதை பூரகம் என்று சொல்லாமல் ஏறுதல் என்கிறார் திருமூலர்.

ஆறுதலின் முடிவிலும், ஏறுதலின் முடிவிலும் நிகழ்வதை கும்பகம் என்று சொல்லாமல் ஊறுதல் என்கிறார் ஞான யோகியான திருமூலர்.

ஊறுதல் என்றால் குறைந்திருக்கும் பிராண சக்தியை நிரப்பிக்கொள்வது என்றுதான் பொருள்.

தகுந்த சந்தர்ப்பத்தில் இதைக் கும்பகம் என்று சொல்லாமல் பூரகம் என்றே சொல்கிறார். பூரகம் என்றால், பூரித்தல், நிரப்புதல், ஊறுதல் என்ற பொருளையே கொடுக்கிறது.

இதை அடிப்படையாகக் கொண்டு மரணத்தையே வெல்லலாம் என்கிறார் திருமூலர்.

ஏற்றி இறக்கி, இருகாலும் பூரித்து,
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கு அறிவார் இல்லை
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கு அறி ஆளர்க்கு
கூற்றை உதைக்கும் குறி அதுவாமே!

என்று திருமந்திரத்தில் அழுத்தம் திருத்தமாகச் சொல்லி இருக்கிறார்.

இதில் 'இருகாலும் பூரித்து' என்ற சொற்றொடர் ஆழ்ந்த பொருள் உடையது.

மூச்சை உள்ளே இழுக்கும்போதும், வெளியில் விடும்போதும் செய்கின்ற, 'கும்பகம்' என்கிற ஊறுதலைத்தான், "காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கு" என்கிறார்.

பிராண சக்தியை சேமிக்கும் அவசியத்தையே திருமூலர் இவ்வாறு வலியுறுத்துகிறார்.

கூற்றம் குதித்தலும் கைகூடும் நோற்றலின்
ஆற்றல் தலைப்பட்ட வர்க்கு

என்று திருக்குறளும் இதே உண்மையைத்தான் வலியுறுத்து கிறது.

"நோற்றலின் ஆற்றல்" என்பது பிராண சக்தியை சேமிக்கும் ஆற்றலைப் பற்றியே பேசுகிறது.



50. பாஹ்யாப்யந்தர ஸ்தம்ப வ்ருத்தி : தேசகால ஸங்க்யாபி : பரித்ருஷ்டோ தீர்க்க ஸூக்ஷ்ம : ||

இந்த சூத்திரம் முக்கியமாக கும்பகத்தின் வகையைப் பற்றி பேசுகிறது.

உள்ளே இழுக்கும் மூச்சு ஒருவகை.

வெளியே விடும் மூச்சு மற்றொரு வகை.

உள்ளேயும், வெளியேயும் மூச்சை நிறுத்தி வைப்பது மூன்றாவது வகை.

இவற்றைத் தீர்க்கமாகவும், சுருக்கமாகவும், நுட்பமாகவும் இயங்கும்படிச் செய்ய வேண்டும்.

அப்படிச் செய்வதற்கு வேண்டிய இடமும், காலமும், எண்ணிக்கையும் மிக மிக அவசியம்.

எனவே இவற்றை முறையாகவும், படிப்படியாகவும், பயில்வது அவசியம்.

பதஞ்சலி முனிவர் மூச்சை உள்ளேயும், வெளியேயும் எப்படி நிறுத்தி வைப்பது? அதனால் சக்தியை எப்படிச் சேர்த்துக் கொள்வது என்பதைப் பற்றியே பேசுகிறார்.

மூச்சை நிறுத்துவதில் சாதகர் மிகவும் கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும். கவனக்குறைவால் தவறு ஏற்பட்டால் நம் உடலில் இருக்கும் நரம்பு மண்டலமே சீர்குலைந்துவிடும்.

தேர்ச்சி பெற்ற குருவின் கண்காணிப்பில் பிராணாயாமப் பயிற்சியை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

குரு சொல்லுகிற வரம்புக்குள் இருந்து பயிற்சி செய்ய வேண்டும்.

இது நல்ல பாம்பைப் பிடித்து அதை ஆட்டுவதற்காகப் பழக்கும் பயிற்சியைப் போன்றது. மிகவும் ஆபத்தானது.

நல்ல பாம்புடன் பழகும்போது மிகுந்த எச்சரிக்கையுடன் இருக்க வேண்டும்.

பாம்பை ஆட்டிப் படைக்கும் நிபுணர் சொல்லுகிற படியே நல்ல பாம்புடன் பழகி, அதை பழக்கவும் வேண்டும்.

இல்லை என்றால் எந்த சமயத்திலும் நல்ல பாம்பினால் உயிருக்கு ஆபத்து நேர்ந்துவிடும்.

ஆற்றல் மிக்க பிராண சக்தியுடன் நெருங்கிப் பழகி, பயில்வது நல்ல பாம்புடன் பழகுவதற்கு ஈடாகும்.

பதஞ்சலி முனிவர் பிராண சக்தியை ரேசகம், பூரகம், கும்பகம் என்ற மூன்று வகையான மூச்சு இயக்கத்தில் அடக்கி விளக்குகிறார்.

பிராணாயாம பயிற்சியில் முதலில் மேற்கொள்ள வேண்டியது எது ?

மூச்சுக் காற்றை உள்ளே இழுப்பது எப்படி என்பது தான் முதலில் பயின்றுகொள்ள வேண்டிய மூச்சுப் பயிற்சி.

இந்தப் பயிற்சிதான் எளிமையானது. பாதுகாப்பானது.

மூச்சை உள்ளே நிறுத்துகிற பயிற்சியில் பரிபூரணமான வெற்றி பெற்ற பிறகுதான் அடுத்த பயிற்சிக்குச் செல்ல வேண்டும்.

அந்தப் பயிற்சி மூச்சை வெளியில் விட்டு அங்கேயே நிறுத்துவது ஆகும்.

இந்த இரண்டு வகையான மூச்சுப் பயிற்சிகளிலும் பதஞ்சலி முனிவர் பலவகையான வேறுபாடுகளைப் பற்றிப் பேசுகிறார்.

மூச்சை உள்ளே இழுக்கும்போதும் வெளியில் விடும்போதும் இடம், காலம், எண்ணிக்கை என்ற இந்த மூன்று வகையில் அமைகின்ற வேறுபாடுகளைப் பற்றிப் பேசுகிறார்.

பதஞ்சலி முனிவர் 'இடம்' என்று எதைக் குறிப்பிடுகிறார் ?

மூச்சு விடும்போது நம் கவனத்தை எங்கே, எப்படி செலுத்த வேண்டும் என்பதைத்தான் இடம் என்று சொல்லுகிறார்.

நம் முள்ளந்தண்டின் மூன்று இடங்களில் சாதகர் தம் கவனத்தைச் செலுத்த வேண்டும்.

முள்ளந்தண்டின் அடிப்பாகமும், நடுப்பாகமும், உச்சி பாகமும் சாதகர் கவனத்தில் இருக்க வேண்டிய இடங்கள் ஆகும்.

மூலாதாரம், அநாகதம், ஆக்ஞை என்ற இந்த மூன்று ஆதாரங்களும் முதலில் கவனிக்க வேண்டியவை.

ஆறு ஆதாரங்களுள் – இந்த மூன்று ஆதாரத்துக்கும் இடையில் இருக்கும் மற்ற மூன்று ஆதாரங்களான சுவாதிஷ்டானம், மணிபூரகம், விசுத்தி என்பவை.

காலம் என்பது மூச்சை நிறுத்தி வைக்கும் நேரத்தைக் குறிப்பது.

மூச்சை உள்ளை நிறுத்தி வைக்கும்போதும், வெளியே விடும்போதும், மீண்டும் உள்ளே மூச்சை இழுக்கும்போதும் எத்தனை தரம் அவ்வாறு செய்கிறோம் என்பதை ஒன்று இரண்டு என்ற எண்ணிக்கை மூலமாக மனதிற்குள் எண்ணிப் பார்க்க வேண்டும்.

இப்படி வெறும் எண்களைக் கொண்டு எண்ணிப் பார்ப்பதைவிட ஓங்காரத்தைப் பயன்படுத்தி, ஓம், ஓம், என்று மனதிலேயே ஜபித்துக்கொண்டு எண்ணிப் பார்க்கலாம்.

ஆரம்பத்தில் நாடி சுத்திக்கான மூச்சுப் பயிற்சியை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

அது ஒன்று, இரண்டு என்ற இரண்டு எண்களின் அளவுக்குள்ளேயே அமையும்.

மூச்சை உள்ளே இழுக்கும்போது ஐந்து முறை ஓம் ஓம் என்ற அளவுகோளைப் பயன்படுத்தினால் வெளியே விடும்போது ஓம், ஓம் என்ற அளவு இரட்டிக்க வேண்டும். அதாவது பத்து முறை ஓம் ஓம் என்று நினைக்கும் அளவில் மூச்சை வெளியில் விட வேண்டும்.

உள்ளே இருக்கும் மூச்சுக் காற்றைவிட வெளியே விடும் மூச்சுக்காற்று இரண்டு பங்கு அதிகமானது என்று எண்ணிவிடக்கூடாது.

உள்ளே இருக்கும் மூச்சுக் காற்றின் வேகத்தைப் பாதி அளவு குறைவான நேரத்தில் மெல்ல மெல்ல வெளியில் விட வேண்டும் என்பதைக் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

நாம் வெளியில் விடும் மூச்சுக் காற்று உள்ளே இருக்கும் மூச்சுக் காற்றைவிட பாதி அளவாகவே அமையும்.

இந்த அளவு, வேகத்தின் அளவை குறைப்பதால் ஏற்படுகிறது.

இயல்பாக நாம் மூச்சை வேகமாக உள்ளே இழுக்கிறோம். சீக்கிரமாக வெளியே விடுகிறோம்.

இதை ஏன் மாற்ற வேண்டும் ?

பிராண சக்தி உள்ளே அதிகமாக சேமிக்கப்படுவதற் காகத்தான் மாற்ற வேண்டும்.

இந்த முயற்சி, நம் விருப்பத்துக்கு விரோதமாகச் செயல்படும் தசைகளின் இயக்கத்தை நெறிப்படுத்து வதற்காகத்தான்.

நம்முடைய மனமும் மூச்சும் ஒரே வகையில் இயங்க வேண்டி இருப்பதால் இவ்வாறு தசைகளின் இயக்கத்தை நெறிப்படுத்த வேண்டி இருக்கிறது.

யோகப் பயிற்சியில் இது எப்படி செயல்படுகிறது.

மூச்சு இயக்கத்தின் மூலமாக மனத்தின் இயக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்துகிறோமா ? மனத்தின் இயக்கத்தைக் கொண்டு மூச்சின் இயக்கத்தைக் கட்டுப் படுத்துகிறோமா என்பதற்கு உரிய காரணத்தை யோகப்பயிற்சியின் மூலமாகப் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

மன்மனம் எங்கு உண்டு, வாயுவும் அங்கு உண்டு
மன்மனம் எங்கு இல்லை, வாயுவும் அங்கு இல்லை
மன் மனத்துள்ளே மகிழ்ந்து இருப்பார்க்கு
மன் மனத்துள்ளே மனேலய மாமே.

என்கிறார் யோகப் பயிற்சியில் எல்லாருக்கும் வழிகாட்டிக் கொண்டிருக்கிற யோக சித்தரான திருமூலர்.

நிலை பேறு கொடுக்கிற மனம் எங்கு நிலைபெற்று இருக்கிறதோ அங்குதான் மூச்சுக் காற்றும் நிலைபெற்று நிற்க முடியும்.

எங்கு மனோசக்தி இல்லையோ அங்கே மூச்சுக்கு உரிய சக்தியும் இருக்காது.

மனம் நிலை பெறும்போது மகிழ்ச்சியுடன் இருந்தால் நிலைபெற்ற மனம் உடம்புடன் லயமாக – சமமாக இயங்கும்.

இதைத்தான் மனோலயம் என்பார்கள்.

மூச்சையும் மனத்தையும் சமமாக இயங்கும்படி நெறிப்படுத்தக்கூடிய ஆற்றல் பிராண சக்திக்குத்தான் உண்டு.

பிராண சக்தி என்றால் மூச்சின் சக்தி என்று எண்ணிவிடாதீர்கள்.

பிராணாயாமத்தின் இயக்கங்களை முறையாக பயின்று கொள்வதன் மூலமாகத்தான் நம் வாழ்க்கையில் எந்தச் செயலையும் செம்மையாகவும் வெற்றிகரமாகவும் நிறைவேற்றிக்கொள்ள முடியும்.

ஒருவர் ஒரு காரியத்தை ஒரே மூச்சில் செய்து முடித்தார் என்று சொல்வதன் பொருளும் இதுதான்.

மூச்சை அடக்கி நெறிப்படுத்தும் பயிற்சியின் மூலமாகத்தான் வாழ்க்கையை தூய்மையாகவும், கட்டுப்பாட்டுடனும், குறிக்கோளுடனும் நடத்த முடியும்.

இதற்கு இறைவனின் அருள் மிகமிக இன்றியமையாதது.

"வாசி நடத்தித் தருவாண்டி – ஒரு வாசியிலே இங்கே வருவாண்டி" என்று திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார்

பிராணாயாமத்தின் அருமையையும், பெருமையையும் இறைவனின் அருளால் பெற்றேன் என்று சொல்லி இருக்கிறார்.

ஒழுக்கமும் இறைவனின் அருளும் இல்லாமல் உலகத்தில் எதையும் சாதிக்க முடியாது.

இந்த உலகம் முழுவதும் ஒழுங்காக முறைப்படுத்திய இயக்கத்தின் மூலமாகவே இயங்கிக்கொண்டு இருக்கிறது.

அதுவும் துல்லியமாக கணிக்கப்பட்ட கணித அடிப்படையிலேயே இயங்கிக்கொண்டு இருக்கிறது.

"கணக்கறிந்தார் கல்வி கற்று அறிந்தாரே" என்று திருமந்திரம் சொல்லுகிறது.

சூரியன் சுழற்சியும், அதன் முறைப்படுத்தப்பட்ட துல்லியமான ஈர்ப்புச் சக்தியும்தான் பூமி முதலிய கோள்கள், சந்திரன் முதலிய துணைக் கோள்கள் ஆகியவை இயற்கை உண்மையில் கணிக்கப்பட்ட கணித அடிப்படையில் துல்லியமாக இயக்கிக் கொண்டு இருக்கின்றன.

பிரபஞ்சத்தின் துல்லியமான இந்த சுழற்சி தெய்விகக் கணித அடிப்படையிலேயே இயங்கிக் கொண்டு இருக்கிறது.

பிரபஞ்சத்தின் துல்லியமான இந்த சுழற்சியின் கணித அடிப்படையின் மூலமாகத்தான் விஞ்ஞானிகளால் புதிய புதிய கண்டு பிடிப்புகளையும், கற்பனைகளையும், விஞ்ஞான விதிகளையும், விந்தைகளையும் செய்ய முடிகிறது.

வானவெளியில் ராக்கெட்டை செலுத்த முடிகிறது. சந்திர மண்டலத்துக்குச் சென்று வரவும் முடிகிறது.

இயற்கை உண்மையால் கணிக்கப்பட்ட கணித அடிப்படையில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் பூமி, "நான் இப்படி தொடர்ந்து சுழன்று கொண்டே இருப்பதால் களைத்துப் போய்விட்டேன்" என்று சொன்னாலும், கணிக்கப்பட்ட கணித அடிப்படையை மீறி வேகமாகச் சுழன்றாலும் வான வெளியில் செலுத்தப்படும் அப்பல்லோ முதலிய விஞ்ஞான கருவிகளின் கதி என்ன ஆகும்?

அணுவைப் பிளப்பதற்கும், பல அணுக்களை ஒன்று சேர்த்து பேர் அணுவை உண்டாக்குவதற்கும், அவற்றின் உள்ளே இருக்கும் அணுத் துகள்கள் கணிக்கப்பட்ட கணித அடிப்படையில் சுழன்றுகொண்டு இருப்பதனால்தான் முடிகிறது.

வகுத்தான் வகுத்த வகைஅல்லால் கோடி
தொகுத்தாற்கும் துய்த்தல் அரிது

என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

இயற்கையின் உண்மையில் வகுத்து இயக்கப்பட்டு வருகிற உலக இயக்கங்களின் மூலமாக சேமிக்கப்பட்ட நுகர் பொருள்களின் அளவைப் பற்றித்தான் திருவள்ளுவர் அனுபவ பூர்வமாகச் சொல்லி இருக்கிறார்.

ஒரு பொருளை அனுபவித்து மகிழ வேண்டுமானாலும் அருள் ஆற்றல் மிகவும் அவசியம் என்பதை வலியுறுத்துகிறார் திருவள்ளுவர்.

ஏன் ?

"அருள் அலாத அணுவும் அசைந்திடாது" என்கிறார் இன்னொரு ஞானயோகி.

இயற்கை முழுவதையும் கூர்ந்து கவனித்தால் அது ஒரு ஒழுங்கான கட்டுப்பாட்டுக்குள் துல்லியமாக இயங்கிக் கொண்டிருப்பது தெரியும்.

"என்னை யாரும் எந்த வகையிலும் கட்டுப்படுத்த முடியாது; எதையும் நான் விரும்பியபடியே செய்வேன். எனக்கு ஒழுக்கமோ கட்டுப்பாடோ தேவையில்லை" என்று மனிதன் மட்டுமே சொல்லுகிறான்.

எப்படி நடந்துகொள்ள வேண்டும் என்று எங்களுக்கு யாரும் சொல்லத் தேவையில்லை. அப்படிச் சொல்ல வேண்டிய உரிமை வேறு யாருக்கும் இல்லை. ஒழுங்கான நடைமுறையை பின்பற்றுவது எப்படி என்று எங்களுக்கே தெரியும்.

எங்களுக்கு எப்படி நடப்பது என்று தெரியாதபோது, அப்படிப்பட்ட சூழ்நிலையில் எங்களைத் தவிர மற்ற

இயக்கங்கள் எல்லாம் ஒழுங்காக நடப்பதைப் பார்த்து நாங்களே நடந்து கொள்வோம்.

என்னிடம் ஒரு கார் இருக்கிறது. அது மணிக்கு நூற்று இருபது மைல் வேகத்தில் செல்லும் சக்தி படைத்தது. அந்தக் காரை எப்படி ஓட்டுவது என்றும் எனக்குத் தெரியும்.

மணிக்கு ஐம்பது மைல் வேகத்தில்தான் ஓட்ட வேண்டும் என்ற சட்ட வரம்பை நான் ஏன் கடைப்பிடிக்க வேண்டும் ?

போக்குவரத்தை கட்டுப்படுத்தும் விளக்கின் வழிகாட்டுதலை நான் ஏன் பின்பற்ற வேண்டும் ?

இந்த ஒழுங்கு முறைகள் எல்லாம் என்னை அடிமைப்படுத்தவே ஏற்பட்டு இருக்கின்றன என்று நினைப்பது பெரும் தவறு.

சாலை விதிகள் நம்மாலேயே நம்முடைய பாதுகாப்புக் காகவே ஏற்படுத்தப்பட்டவை; என்பதைப் புரிந்து கொள்ளாதவர்களின் ஆணவப் பேச்சாகும்.

ரேடார் காட்டும் வழியையும், வானவெளியில் பறந்து ஹெலிகாப்டர் எனக்குத்தரும் வழிகாட்டும் குறிப்புகளையும் புரிந்து கொள்ளாமல் என் காரை வேகமாக ஓட்டுவதற்காக இருக்கும் பெடலை அழுத்தினால் என்ன நேரும் ?

மனிதனுக்கு இம்மாதிரியான எண்ணம் ஆணவத்தால் வரம்பு கடந்து இருக்கிறது. ஆனால் சாலை விதிகள் முதலிய ஒழுங்கு முறைகள் என்னையே நான் ஆபத்துக்கு உட்படுத்திக் கொள்ளும் அவலநிலையில் இருந்து காப்பாற்றுகின்றன.

இவை செய்கிற உதவி எனக்குக் கிடைக்கவில்லை என்றால் நான் மட்டும் ஆபத்துக்கு ஆளாகமாட்டேன். பலரையும் ஆபத்துக்கு உள்ளாக்கிவிடுவேன்.

மனித வாழ்க்கை என்பது பொது வாழ்க்கையைப் பாதுகாக்கும் புனித வாழ்க்கையாகும்.

சரியான சாலை கட்டுப்பாட்டு விதிமுறைகளுக்குக் கட்டுப்பட்டு ஒழுங்காக நடந்துகொள்வதால் தனி மனித

முன்னேற்றத்துக்கும், மக்கள் முன்னேற்றத்துக்கும் உதவி செய்கின்றவர் ஆகலாம்.

சுகமாகவும் உறுதியாகவும் பிராணாயாம பயிற்சியைப் பெறுவதற்கு மூச்சை இழுக்கும் அளவைவிட மெல்ல மெல்ல மூச்சை வெளியில் இரண்டு மடங்கு அளவுடன் விட வேண்டும்.

இவ்வாறு மூச்சை மெதுவாக இரண்டு மடங்கு நேரத்தில் வெளியில் விடுவதன் நோக்கம், உள்ளே இழுக்கும் பிராண சக்தியின் அளவைவிட வெளியேவிடும் பிராண சக்தியின் அளவு குறைவதுதான் பிராணாயாம பயிற்சிக்கு உரிய அடிப்படையான லட்சியமாகும்,

இந்த லட்சியத்தைப் படிப்படியாக விரிவுபடுத்திக் கொள்ளலாம். 1:2 என்பதை 5:10 என்றோ, 10:20 என்றோ பிராணாயமப் பயிற்சியை விரிவாக்கிக் கொள்ளலாம்.

இவ்வாறு விரிவுபடுத்துவதால் பிராண சக்தியை வேண்டிய அளவு நமக்குள் சேமித்து வைத்துக்கொள்ள முடியும்.

போதுமான அளவு பிராணாயாமப் பயிற்சியில் வெற்றிபெற்ற பிறகு, உள்ளே மூச்சுக் காற்றை ஓம் ஓம் என்று பத்துமுறை எண்ணும் கால அளவில் இழுக்கிறோம்.

ஓம், ஓம், என்று ஐந்து முறை எண்ணும் அளவு உள்ளே இழுத்த மூச்சுக் காற்றை உள்ளேயே நிறுத்துகிறோம்.

மூச்சுக் காற்றை ஓம் ஓம் என்று இருபது ஓம் என்று எண்ணுகிற வரையில் மெதுவாக வெளியில் விடுகிறோம்.

இந்த மாதிரி பிராணாயாம மூச்சுப் பயிற்சியின் எண்ணிக்கையின் அளவுகளை மேலும் மேலும் உயர்த்திக் கொள்ளலாம்.

இதை 10:5:20 என்பதை 15:25:40 என்கிற விகிதத்தில் உயர்த்தி அத்துடன் நிறுத்திக் கொள்ள வேண்டும். எப்படியும் 3:5:8 என்ற விகிதத்தில் தான் அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த மூன்று எண்களையும் கூட்டிப் பார்த்தால் பதினாறு என்ற தொகை கிடைக்கும்.

"பதினாறும் பெற்று பெருவாழ்வு வாழ்க" என்று வாழ்த்துகிறோம் அல்லவா? அது பிராணாயாம அனுபவத்தையும் இந்த எண்ணிக்கையையும் உணர்த்துவது தான். அதனால் பெறும் பெருவாழ்வைப் பற்றி வாழ்த்துவது தான்.

யோக நூல்களில் பிராணாயாம விதிகளை விவரித்து சொல்லும்போது 1:4:2 என்ற விகிதத்தை முடிவாகச் சொல்லப் பட்டிருப்பதைப் பார்க்கிறோம்.

இதைப் படித்தவுடனே பயிற்சியாளர்கள் இந்த விகிதத்தில் பயிற்சியை மேற்கொண்டு விடுகிறார்கள்.

இவ்வாறு பிராணாயாம பயிற்சியை மேற்கொண்டால் உடல் ஆரோக்கியம் குலைந்து போகும். உயிருக்கு ஆபத்தையும் ஏற்படுத்திவிடும்.

"பையச் சென்றால் வையம் தாங்கும்" என்ற பழமொழி எந்தச் செயலுக்கும் வழிகாட்டியாக இருக்கிறது. படிப்படியாகவே உயர வேண்டும் என்பதை வலியுறுத்துகிறது.

பிராணாயாமப் பயிற்சியின் இந்த எண்ணிக்கை குறிப்பிடும் விகிதமே முக்கியம் என்று எண்ணிவிடக் கூடாது.

இதனால் பிராண சக்தி விரையமாகாமல் தடுக்கப் படுகிறது; சேமிக்கப்படுகிறது என்பதையே முக்கியமாகக் கருத வேண்டும்.

நாடி சுத்திக்காக கும்பகத்தை – மூச்சை உள்ளேயே நிறுத்துவதை விலக்கிவிட்டு, ஓம் ஓம் என்ற முப்பது ஓம் எண்ணிக்கையில் மூச்சை உள்ளே இழுக்க வேண்டும். ஓம், ஓம் என்ற நாற்பது ஓம் எண்ணிக்கையில் மூச்சை மெதுவாக வெளியே விடுவது நிலையான பலனைக் கொடுக்கும்.

இவை யோக ஆசன நிபுணர்கள் தங்கள் அனுபவத்தைக் கொண்டு சொல்லி வைத்திருக்கிறார்கள்.

பிராணாயாமத்தில் 1:4:2 என்ற எண்ணிக்கை விகிதத்தை முக்கியமாகக் கொள்ளும்போது ஒரு உண்மையைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

அது 1 +4 +2 =7 என்ற தொகையைக் கொடுக்கிறது. 30:40 என்ற விகிதத்தைப் பார்த்தாலும் 7 என்ற தொகையைத்தான் அடைய முடிகிறது.

முப்பது என்ற எண்ணிக்கையை பத்தால் வகுத்தால் மூன்று என்ற எண்ணிக்கை வரும்.

நாற்பது என்ற எண்ணிக்கையை பத்தால் வகுத்தால் நாலு என்ற எண்ணிக்கை வரும்.

மூன்றையும் நான்கையும் கூட்டினால் ஏழு என்ற எண்ணிக்கைதான் வரும்.

இது நம்முடைய உடல் சப்த கோசம் உடையது. ஏழு அடுக்கு மாளிகையாக விளங்குகிறது என்பதையே நினைவூட்டுகிறது.

அத்துடன் காற்று, தீ, நீர் என்ற மூன்றும் நாம் ஆரோக்கியமாக வாழ்வதற்கு 4:2:1 என்ற விகிதத்தில்தான் நம் உடம்பில் அமைந்திருக்க வேண்டும்.

இந்த அளவு குறைந்தாலும் ஆரோக்கியம் குலைந்துவிடும். மிகுந்தாலும் ஆரோக்கியம் கெட்டுவிடும்.

இந்த மூன்று எண்களையும் கூட்டினால் 4 + 2 + 1 = 7 என்ற தொகைதான் வரும்.

இதுதான் உடல் ஆரோக்கியத்துக்கு பஞ்சபூதத்தில் பிராணாயாமம் எப்படிப் பயன்படுகின்றது என்ற உண்மையை மனித குலத்துக்கே உணர்த்துகிறது.





51. பாஹ்யாப்யந்தர விஷயாட்சேபீ சதுர்த்த : ||

வெளியே இருக்கும் பொருளையோ உள்ளே இருக்கும் பொருளையோ கவனித்துக் கொண்டே மூச்சை நிறுத்துவது நான்காவது வகையான பிராணாயாமம்.

நாலாவது வகையான பிராணாயாமம் எப்படி உருவாகிறது ?

நாம் மூச்சை நிறுத்துவது பற்றி கவனிக்க வேண்டியதில்லை.

வெளியில் இருக்கும் பொருளையோ, நாம் உள்ளே எண்ணுகிற எண்ணத்தையோ கவனித்தால் போதும்.

கும்பகம் என்றும் ஊறுதல் என்றும் சொல்லப்படுகிற மூச்சு நிற்பது தானே நிகழ்கிறது.

இதற்கு ஒரு பொருளையோ, எண்ணத்தையோ கவனிக்கும்போது மூச்சு தானே நின்றுவிடுகிறது. அதாவது கும்பகம் நிகழ்கிறது.

"மனம் எங்கு நிற்கிறதோ அங்கு வாயுவும் நிற்கிறது" என்று இந்தச் செயலைப்பற்றி யோகச் சித்தரான திருமூலர் தம் அனுபவத்தைப்பற்றிப் பேசி இருக்கிறார்.

ஆழ்ந்து தியானத்தில் அமரும்போது மூச்சு தானே கும்பகமாகும். இந்தச் செயலுக்கு கேவல கும்பகம் என்று சொல்லுகிறார்கள்.

கேவல கும்பகம், சகல கும்பகம், சுத்த கும்பகம் என்று கும்பகம் மூன்று வகைப்படும்.

இதுபோலவே ரேசகமும், பூரகமும் மூன்று மூன்று வகையாக விரியும்.

எனவே பிராணாயாமங்களின் தொகையை நவப்பிராணாயாமம் அதாவது ஒன்பது வகையான பிராணாயாமம் என்று சொல்லுகிறவர்களும் உண்டு.

மனம் ஒருநிலைக்கு வருவதால்தான் மூச்சும் அதே நிலைக்கு தானே வந்து நிற்கிறது.

நாம் ஏதாவது ஒரு நூலை ஆழ்ந்த ஈடுபாட்டுடன் படித்துக்கொண்டு இருக்கும்போது மூச்சு கும்பக நிலையிலேயே இருக்கும்.

நாம் அப்படி படிப்பில் ஆழ்ந்திருக்கும்போது எண்ண ஓட்டத்தில் தடை ஏற்படுகிறது. அதைப் போக்குவதற்காக ஆழ்ந்த பெருமூச்சு விடுகிறோம். அந்தத் தடையும் அகன்றுவிடுகிறது.

இயற்கையாக ஓடிக்கொண்டிருக்கும் மூச்சு ஓட்டத்திலும் தடை ஏற்படுகிறது.

வாழ்க்கையில் இப்படிப்பட்ட செயல்கள் பல சமயங்களில் ஏற்படுவது உண்டு.

பரீட்சைப் பேப்பரை மாணவன் படித்துப் பார்க்கும் போது புரியாத கேள்விகள் பல இருந்தால் அவன் திகைக்கிறான். அதனால் மூச்சு நின்றுவிடுகிறது.

நிமிர்ந்து உட்கார்ந்து பெருமூச்சு விடுகிறான். முன்பு விடை தெரியாமல் திகைத்த கேள்விகள் சில இப்போது அந்த மாணவனுக்கு விளங்குகிறது.

இது பிராண சக்தியின் ஓட்டம் தடைபடுவதால் சிந்தனையும் தடைபடுகிறது. தெளிவு இல்லாமலும் மாணவன் திண்டாடுகிறான்.

திடீர் என்று அதிர்ச்சி தருகின்ற செய்தியைக் கேட்டாலும், எதிர்பாராத மகிழ்ச்சி ஏற்பட்டாலும் மூச்சு நின்றுவிடுகிறது. அதாவது கும்பகமாகிறது.

ஆழ்ந்த பெருமூச்சு விட்ட பிறகுதான் சுயநினைவு வருகிறது.

இதைத்தான் ஐந்தாவது நாலாவது அனுபவங்கள் என்று சொல்வார்கள்.

மூச்சு நின்று போவது திகைப்பைத் தருவதால் அது ஐந்தாவது அனுபவம் ஆகிற துரிய அதீதம் ஆகிறது.

பெருமூச்சுவிட்ட பிறகு நினைவும் மூச்சும் திரும்ப வருவதால் அதை துரியம் என்கிற நாலாவது அனுபவம் என்கிறோம்.

இதிலும் பலவகை உண்டு.

மூச்சு கும்பகம் ஆகிறபோது ஏற்படும் மயக்க நிலைக்கு ஜீவ துரியாதீதம் என்று பெயர்.

பெருமூச்சு விட்ட பிறகு வரும் தெளிவு நிலைக்கு ஜீவதுரிய நிலை என்று பெயர்.

நனவு, கனவு, துயில் என்ற மற்ற மூன்று அனுபவ நிலைகளும்கூட இத்தகைய குழப்பமான நிலைகளில் இருந்து படிப்படியாக மூச்சு விரிந்து வருகிற நிலைகள்தான்.

தூக்கம் மிக மிகக் குறைந்த உணர்வில் இருக்கும் நிலை. அது விரிவடைந்து விரிவடைந்து கனவும், நனவும், துரியமும், துரியாதீதமும் ஏற்படுகின்றன.

படிப்படியாக உணர்வு விரிவடையும் நிலைகளும் அவற்றுக்குப் போதுமான சக்தியைக் கொடுக்கும் பிராண சக்தி விரிவு அடையும் நிலைகளும் தியானத்தில் இருக்கும்போதும் ஏற்படும்.

நம்முடைய உடல் ஆரோக்யம் நிலையாக இருந்தால் இத்தகைய வேறுபாடுகள் தோன்றாது. பிராண சக்தியும் குறையாது.

பல நிமிஷங்கள் கும்பக நிலையிலேயே சாதகர் இருக்கும் சூழ்நிலையும் ஏற்படும்.

சமாதி நிலையில் இத்தகைய கும்பகம் பல மணி நேரமோ, பல நாட்களோ நிலைபெற்று இருப்பதும் உண்டு.

இவ்வாறு இருப்பது கும்பகத்தில் கேவல கும்பகம் ஏற்படுவது போல கேவல சமாதி நிலை ஏற்படுவதும் உண்டு.

பொது வாழ்க்கையில் ஒரு தலைவன் சொல்வதை சிந்தித்துப் பார்க்காமல் அவரை பொது மக்கள் பின்பற்றும் போது சகல சமாதி நிலை உருவாகிறது.

இறைவன் இடத்தில் ஈடுபாட்டுடன் இருக்கும்போது இறை அனுபவம் ஏற்படுகிறது. அப்போது சுத்த சமாதி நிலை தோன்றிவிடும்.

சுத்த கும்பக நிலையில் இருப்பவர்களைப் பார்த்து அவர்களை இறந்துவிட்டதாக எண்ணிவிடக்கூடாது. உண்மையில் அவர்கள் இறக்கவில்லை. காரணம் அவர்கள் பிராணன் விரயமாகவில்லை. பிராண சக்தி சேமிக்கப்பட்டு இருக்கிறது.

இந்த சக்தியால்தான் விஞ்ஞான உலகில் புதிய கண்டுபிடிப்புகளும், படைப்புகளும் உருவாகின்றன. விஞ்ஞான உலகமும் பிராணாயாமத்தின் மூலமாக ஏற்படும் இந்த பிராண சக்தியின் சேமிப்பை அறிவுபூர்வமாக நிரூபிக்கிறது, ஏற்றுக் கொள்கிறது, பயன்படுத்தியும் வருகிறது.

பொதுவாக நாம் ஏராளமான உயிர் சக்தியை வளர்த்துக் கொண்டு இருக்கிறோம். அதற்கு ஏற்றபடி தொடர்ந்து நம் உடம்பில் ஏராளமான அதே உயிர்ச் சக்தியை சேமித்து வைக்கவும் முயலுகிறோம்.

நாம் காரை ஓட்டும் போது இக்னிஷன், இன்டிகேட்டர் லைட் முதலிய பாகங்களுக்கு வேண்டிய சக்தியை காரில் இருக்கும் பாட்டரியில் இருந்து பெறுகிறோம். பாட்ரியில் இருக்கும் சக்தியும் செலவாகி விடுகிறது.

அதே சமயத்தில் மோட்டார் இன்ஜினுடன் இணைக்கப்பட்டிருக்கும் டைனமோவில் இருந்து பாட்ரிக்கு வேண்டிய சக்தியைக் கொடுத்துக் கொண்டே இருக்கும் இயக்க சக்தியாக மாறுவதுதான் இது. பாட்ரி எப்போதும் அதற்கு வேண்டிய சக்தியுடன் இருக்க வேண்டும்.

டைனமோ பாட்ரிக்கு அளவு கடந்த மின்சார சக்தியைக் கொடுக்க ஆரம்பிக்கிறது. அதனால் பாட்ரி அதிக

உஷ்ணமாகி விடுகிறது. கடைசியில் பாட்ரி தன்னுடைய சக்தியை அடியோடு இழந்துவிடுகிறது.

மோட்டாரில் ஒரு கட் அவுட் இருக்கிறது. அது டைனமோவுக்கும் பாட்ரிக்கும் இருக்கும் தொடர்பை பாதுகாத்துக் கொண்டு இருக்கிறது.

பாட்ரி அதிக உஷ்ணம் ஆவதற்குள் டைனமோவுக்கும் பாட்ரிக்கும் இடையில் இருக்கும் கட்–அவுட்டை எடுத்துவிட்டோமானால் பாட்ரியை வரம்பு கடந்து உஷ்ணப்படுவதில் இருந்து நிறுத்திவிடலாம்.

கட்–அவுட்டை எடுத்துவிட்ட காரணத்தினால் டைனமோ உற்பத்தி செய்யும் மின்சாரம் பாட்ரிக்கு செல்ல முடியாது.

காரின் இன்ஜினை ஓடாமல் நிறுத்தினாலும் போதும். பாட்ரியின் சக்தி வீணாவதில்லை. அதனால் பாட்ரிக்கு மேலும் மேலும் சக்தியைக் கொடுக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை.

நாம் ஒருவருடன் ஒருவர் பேசிக்கொண்டிருக்கும் போது மனித மின்சாரம் இதற்குப் பயன்படுகிறது. மனித மின்சாரம்தான் பிராண சக்தி ஆகும். தொடர்ந்து வேலை செய்கிற போது மனித மின்சாரத்தை உற்பத்தி செய்துகொண்டே இருக்க வேண்டும்.

மனித மின்சாரத்தை உற்பத்தி செய்யும் டைனமோ எது ?

நாம் மூச்சு விடும் கருவிகள்தான்.

நாம் வெளியில் இருந்து மூச்சை உள்ளே இழுக்கும்போது அதிகமான மனித மின்சார உற்பத்திக்கு உதவி செய்துகொண்டு இருக்கிறோம்.

பேச்சு இல்லாமல் மௌனமாக இருந்தோமானால் நம்முடைய பிராண சக்தி செலவாவதில்லை.

நம்முடைய உடல் உறுப்புகளைப் பயன்படுத்தி வேலை செய்தோமானால் மேலும் அதிகமான பிராண சக்தி வேண்டி இருக்கிறது.

வேலை செய்யாமல் இருந்தாலும் மூச்சு விட வேண்டி இருக்கிறது. அதற்கு வேண்டிய பிராண சக்தி தேவைப்படுகிறது.

நாம் சிந்தனை செய்யாத போது மூச்சு விட வேண்டிய அவசியம் இல்லை. அந்தச் சமயத்தில் கும்பகம் தானே அமைந்துவிடுகிறது.

"மன்மணம் எங்கு உண்டு வாயுவும் அங்கு உண்டு" என்று திருமந்திரம் இந்தச் செயலைத்தான் சொல்லுகிறது. வாயு என்றால் மூச்சு என்றுதான் பொருள்.

மூச்சு விடுவதும் சிந்திப்பதும் ஒன்றில் இருந்து ஒன்றைப் பிரிக்க முடியாதவை.

மனம் முதலில் நம் ஆட்சிக்குள் வந்துவிடுமானால் மூச்சும் நம் ஆட்சிக்குள் வந்துவிடும்.

இந்த இரண்டில் அதிக சூட்சமம் ஆனது எது? மனம்தான் சூட்சமமானது.

இதன் அடிப்படை உண்மையைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அதற்கு தண்ணீரில் மூன்று நிலைகளைப் பற்றி விளங்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

தண்ணீர், நீராவி, பனிக்கட்டி என்ற இந்த மூன்றும் தண்ணீரின் மூன்று நிலைகள்.

தண்ணீரின் மூன்று நிலைகளில் பனிக்கட்டி அதிக தூலமானது.

இதை அடக்குவதற்கு தனியே எந்தவிதமான பாத்திரங்களும் வேண்டியதில்லை. பனிக்கட்டியை அப்படியே எங்கு வேண்டுமானாலும் எடுத்து வைக்கலாம்.

தண்ணீரின் தூல நிலை பனிக்கட்டியின் தூல நிலையை விட குறைவானது. அதனால் பனிக்கட்டியை அப்படியே எடுப்பது போல தண்ணீரை எடுக்க முடியாது. தனண்ணீரை எடுப்பதற்கு ஒரு பாத்திரம் வேண்டும். பாத்திரம் இல்லாமல் தண்ணீரை எடுத்து வேறு இடத்தில் வைக்க முடியாது.

நீராவியோ மிகுந்த சூட்சமமானது. இதை எடுப்பதற்கு தண்ணீரை எடுப்பதைவிட மிக நுட்பமான கருவிகள் தேவை.

இதைவிட சூட்சமமானது மனம். மனதை எளிதாக மாற்ற முடியாது.

மூச்சை எளிதாக மாற்றலாம். சிந்தனையை – அதாவது மனதை மாற்றுவது அவ்வளவு எளிதல்ல.

எனினும் மன்மனம் எங்கு இருக்கிறதோ அங்குதான் வாயுவாகிய மூச்சும் இருக்கும் என்ற திருமூலரின் வாக்கின் உண்மைப் பொருளை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

சூட்சமப் பொருளைக் கொண்டுதான் தூலப் பொருள்களை இயக்க முடியும்.

மனம்போல வாழ்வு என்பது இதையே சொல்கிறது.

வாழ்வில் நாம் செய்கிற செயல்கள் எல்லாம் தூலமல்ல.

தூலமான பொருள்களை இயக்குவதற்கு வேண்டிய திட்டத்தை உருவாக்குவதும், இயக்குவதும் மனம்தான்.

வாழ்வைப்போல் மனம் என்று சொல்லாமல், மனத்தைப் போல வாழ்வு என்று சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

இது சூட்சமத்தைப் போன்றது தூலம் என்ற பொருளிலேயே பேசப்பட்டு இருக்கிறது.

மூச்சில் கூட தூலம் சூட்சமம் என்று இரண்டு வகை உண்டு.

தூல மூச்சு மூக்கின் வழியாக இயங்கும் நாசி மூச்சு.

சூட்சமமாக இயங்கும் மூச்சு நெஞ்சில் இருந்து உள்நாக்கின் இரண்டு பக்கத்தில் தோன்றும் துளைகளின் வழியாக சகஸ்தர தளம் வரையில் சென்று திரும்பவும் நெஞ்சுக்கு வந்து மேலும் கீழுமாக உலாவிக்கொண்டு இருப்பது வாசி மூச்சாகும். இதுதான் உண்மையான குண்டலியின் சக்தி என்கிற பிராணாயாம இயக்கத்தின் நீள் வட்டமாகும்.

மனம், புலன்கள், பொறிகள் என்ற முக்கோண வட்டத்தில் பிராண சக்தி இலகுவாக இயங்கிக்கொண்டு இருக்கும்.

இவ்வாறு பிராண சக்தி உள்ளுக்குள்ளே இயங்கும்படிச் செய்வதுதான் பிராணாயாமத்தின் நான்காவது நிலையைக் கடந்து ஐந்தாவது நிலைக்கு உயர்வதாகும்.

இப்படி உயர்வதற்கு நினைவையும் உயர்த்துகிற உணர்வும் அதையும் இயக்குகிற அறிவும் பயன்படுகின்ற மனம், உணர்வு, அறிவு என்ற மூன்றும் புறம், அகப்புறம், அகம் என்ற மூன்று கோணங்களாக விளங்குகின்றன.

இந்த முக்கோணம் முன்பு சொல்லப்பட்ட முக்கோணத்தின் உள்ளே அமைந்து அந்த முக்கோணத்தையும் இயக்குகிற ஆற்றலை உடையது.

இந்த இரண்டும் சேர்ந்து ஆறுகோணம் என்ற யந்திரத்தை உருவாக்குகிறது.





52. ததஃ க்ஷீயதே ப்ரகாசஆவரணம் ||

நம் உள்ளே இருக்கும் ஒளி சத்வகுணம் உடையது. இதை மறைத்துக் கொண்டு இருப்பவை தாமச குணமும் ராஜஸ குணமும் ஆகும்.

ஒளியின் சக்தியை மறைப்பவை செயலின் சக்தியும் அதனால் உருவாகிற இருளின் சக்தியும் ஆகும்.

இருளின் சக்தியையும் செயலின் சக்தியையும் பிராணாயாமத்தின் மூலமாக விலக்கிவிடலாம்.

பதஞ்சலி முனிவர் இப்போது பிராணாயாமத்தின் பயன்களைப் பற்றி பேசுகிறார்.

உள்ளே இருக்கும் ஆன்ம ஒளியை மறைத்துக் கொண்டு இருக்கும் மறைப்பு சக்திகளை பிராணாயாமத்தின் உச்ச நிலை அடித்து விரட்டிவிடுகிறது.

மன இருள்தான் ஆன்ம ஒளியின் பிரகாசத்தை மறைத்துக் கொண்டு இருக்கிறது.

இந்த மறைப்பை நீக்குவதற்கு சிறந்த வழி எது ?

அந்த மறைப்பின் அமைப்பில் இருக்கும் நூல்களை ஒவ்வொன்றாக உறுவி எறிந்துவிட வேண்டும். அதில் இருக்கும் ஒரு நூல்கூட மீதி இல்லாமல் உறுவி எடுத்துவிட வேண்டும்.

மனத்தை மறைத்துக் கொண்டு இருக்கும் திரை எப்படி உருவாக்கப்பட்டது ?

இருள் நிறைந்த எண்ணங்களாகிய ஊடும் பாவுமாகிற நூல்களால் உருவாக்கப்பட்ட திரையாகும்.

இந்தத் திரையில் நீண்ட பாவாக அமைந்திருக்கின்ற நூல்கள் செயல் மறைப்பால் ராஜஸத்தால் உருவாகி இருக்கிற நூல்களாகும்.

அதன் உள்ளே சென்ற திரையை உருவாக்குகிற நூல்கள் இருள் சக்தியாகிய தாமஸத்தால் உருவாக்கப்பட்ட நூல்களாகும்.

தாமஸம் என்பதற்கு சோம்பல் என்று பொருள்.

அந்த திரைக்குள் வேறு எந்தப் பொருளும் இல்லை.

இந்த இருள் திரையில் இருக்கும் எல்லா நூல்களையும் உறுவி எறிந்து விட்டால் மனதை மறைக்கின்ற எதுவுமே இருக்காது.

மறைக்கப்படுகின்ற ஒளி ஆகிய ச்க்தி சத்வ குணத்தால் உண்டாகிறது. சத்வகுணம் நாம் காட்டும் இரக்கத்தாலும் இறைவன் அருளாலும் உருவாகிறது.

இதை திரையாக – துணியாக கற்பனை செய்யாமல் நூல்களின் குவியலாகவும் உருவகப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

சர்க்கரைக் குவியலைப் போன்றது அந்த மறைப்பு.

இந்த சர்க்கரைக் குவியலில் இருக்கும் ஒவ்வொரு சர்க்கரை துகளையும் எடுத்து எறிந்த பிறகு சர்க்கரைக் குவியல் முழுவதும் மறைந்துவிடும்.

ஒரு மரத்தின் பாகங்கள் நாற்காலியாகவும், மேஜையாகவும், கதவாகவும், ஜன்னலாகவும், விறகாகவும் பயன்படுகின்றன.

மரம் ஒன்றாக இருந்தாலும், அதிலிருந்து உருவான பொருள்கள் வெவ்வெறு வரிசைகளில் அமைக்கப்படுகின்றன. பெயர்களும் வேறுபடுகின்றன.

தோற்றம்தான் மாறுபடுகிறது. அதற்கு வேண்டிய மரம் மாறுவதில்லை. அழிக்கப்படுவதும் இல்லை.

மாறாமல் இருக்கின்ற அடிப்படைப் பொருளைத்தான் ஆன்மா என்று சொல்கிறார்கள்.

ஆன்மாவுக்கு மன் உயிர் என்ற பெயரும் உண்டு. இதற்கு நிலைபெற்ற உயிர் என்பது தான் பொருள்.

நாம் ஆன்மாவுடன் இணைந்து இருக்கும் வரையில் அழியாத நிலையை – அழிக்க முடியாத நிலையைப் பெற்று இருக்கிறோம்.

நம்மை – ஆன்மாவை உடம்போடும் மனத்தோடும் இணைத்துப் பார்க்கும்போது அழிகின்ற தன்மையும் மரணமும் நினைவுக்கு வருகின்றன.

பிராணாயாமம் என்ன செய்கிறது?

அழியாது இருக்கும் ஆன்ம சக்தியை பிராணாயாமம் நமக்கு அள்ளி அள்ளிக் கொடுக்கிறது.

அழிந்து போகக்கூடிய நாமம், உருவம், வேறுபாடு என்ற மூன்றையும் – நாமரூப பேதங்களைக் கடந்து நிலைபெறுகிறது.

இந்த உன்னதமான – நிலையான இன்ப வாழ்க்கையை அளிக்கக்கூடியதுதான் பிராணாயாமம். இவ்வளவு உயர்ந்த நிலைக்கு நம்மை அழைத்துச் செல்லும் உண்மையான பிராணாயாமப் பயிற்சிக்குப் பலரும் வருவதில்லை.

தூலமான ஆசனப் பயிற்சிக்கும், தூலமான பிராணாயாமப் பயிற்சிக்கு மட்டுமே ஆயிரக்கணக்கானவர்கள் வருகிறார்கள்.

தூல பிராணாயாமம், சூட்சும பிராணாயாமம் என்று எல்லா வகையான பிராணாயாமங்களையும் இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம்.

இவற்றுள் சூக்குமமான கவனத்தில் – தியானத்தில் எண்ணம் எதுவும் நிலை பெறுவதில்லை.

ஆன்ம சக்தி மட்டுமே நடுநாயகமாக விளங்குகிறது.

ஆன்ம சக்தி என்பது நம்முடைய உடல் இயக்கத்தால் உருவாகிற மனோசக்தியும், மனோசக்தியில் உருவாகிற ஆன்ம சக்தியும் சேர்ந்து பிராண சக்தியை உருவாக்குகின்றன.

இதற்கென்று தனியே நாலாவது மூளையாகிற முகுளத்தின் அடியில் ஒரு இயந்திரமே இருக்கிறது.

அதற்கு ஒளி நீளும் – பிரதிபலிக்கும் இயந்திரம் என்று பெயர்.

இதை (REFLEX MECHANISM) – ரிஃப்ளெக்ஸ் மெக்கானிசம் என்று சொல்லுவார்கள்.

உயிர் முடிச்சு என்றும் இதற்கு ஒரு பெயர் உண்டு.





53. தாரணாசு ச யோக்யதா மனஸ : ||

மனம், தியானத்துக்கும் தாரணைக்கும் தயாராகிற போது பொறி புலன்கள் எல்லாம் ஒருமுகப்படுகின்றன.

மனம் அடியோடு அழிக்கப்படவில்லை.

பொறி புலன்களை ஒருமுகப்படுத்தி ஐந்தாவது யோக அங்கமாகிய பிரத்யாகாரத்தை உருவாக்குகிறது.

ஆறாவது யோக அங்கமாகிய தாரணையை நோக்கி வளர்கிறது.





54. ஸ்வவிஷயா ஸம்ப்ரயோகே சித்தஸ்வ ரூபானுகார இவேந்திரியாணாம் ப்ரத்யா ஹார : ||

புலன்கள் ஒருமுகப்படுவதுதான் ப்ரத்யாகாரம் என்கிற ஐந்தாவது யோக அங்கம் உருவாகிறது.

புலன்கள் எல்லாம் சித்தத்தின் வெவ்வேறு வடிவங்களாகும்.

ஒளியைக் கொண்டு பொருளின் உருவத்தைப் பார்க்கிறது கண்.

ஒலியைக் கொண்டு பொருள்களின் இயக்கத்தை அறிவது காது.

இப்படியே ஒவ்வொரு புலனும் தனக்கு உரிய சூழ்நிலையுடன் பொருந்தி நிற்பதுதான் புலப்படுதல் ஆகும்.

ஐந்து பூதங்களால் உருவான ஐந்து புலன்களும் ஒருமுகப்பட்டு நிற்கும்போது சித்தம் முழுமையாக நின்று வேலை செய்கிறது.

ஒரு பொருளைக் கண்பார்க்கிறபோது மற்ற நான்கு புலன்களும் அதனுடன் பொருந்தி நின்று – ஒருமுகப்பட்டு காட்சியின் முழு வடிவத்தையும் புரிந்து கொண்டு அனுபவிப்பதுதான் பிரத்தியாகாரம்.

சிதம்பரத்தில் திருநாவுக்கரசர் ஆர்வத்துடன் நடராஜரின் திருஉருவத்தை உற்றுப் பார்த்துக் கொண்டு நிற்கிறார்.

"ஐந்து பேர் அறிவும் கண்களே கொள்ள, கரணம் ஓர் நான்கும் சித்தமே ஆக" நடராஜப் பெருமானை திருநாவுக்கரசர் இவ்வாறு அனுபவித்துக் கொண்டு இருக்கிறார்.

திருநாவுக்கரசரின் ப்ரத்யாஹார நிலையை தெய்வப் புலவர் சேக்கிழார் இப்படி விளக்கிச் சொல்லி இருக்கிறார்.

மனம், சித்தம், புத்தி, அகங்காரம் என்ற இந்த நான்கும் கரணங்களாகும்.

இவற்றுள் எதையும் தயாராக்குகிற, சித்தப்படுத்துகிற சித்தம்தான் உயர்ந்தது.

"நிறுத்துப் பார்க்கிற நிறை" என்று இதைப் பற்றிச் சொல்வார்கள்.

எனவே அறிவு, நிறை, ஓர்ப்பு, கடைப்பிடி என்று கரணங்கள் நான்கையும் மனம், சித்தம், புத்தி, அகங்காரம் என்று சொல்வார்கள்.

பிராணாயாமத்தின் மூலம் மனதை ஒருமுகப்படுத்தி விட முடியாது. புலன்களும் ஒருமுகப்பட வேண்டும்.

ஐந்து புலன்களையும் ஒருமுகப்படுத்தி உயர்த்துவதற்கு அறிவு மட்டும் போதாது.

நிறை என்கிற சித்தமும் தேவைப்படுகிறது.

சித்தத்தின் ஐந்து வடிவங்களை புலன்கள் என்கிறோம். அதன் ஐந்து செயல்களையும் பொறிகள் என்கிறோம்.

பொறிகளை ஒருமுகப்படுத்துவதும் பிராணாயாமத்துக்கு உதவியாகும் பிராண சக்தியை சேமிப்பதற்கு துணை செய்யும்.

மனதைப் பார்த்து புலன்கள் என்ன சொல்லுகின்றன ?

"இதோபார், இது எவ்வளவு அழகான காட்சி, இனிய இசை, இன்பங்களைக் கொடுக்கும் சுவை, ஸ்பரிசம், மணம்" என்று அடிக்கடி புறத்தில் இருக்கும் செய்திகளைச் சொல்லிக் கொண்டே இருக்கின்றன. மனதை புறக்காட்சிகளை நோக்கி தொடர்ந்து இழுத்துக் கொண்டே இருக்கின்றன புலன்கள்.

புலன் என்ற சொல்லுக்கு இழுப்பது (புல்லுதல்) என்பதுதான் பொருள்.

புலனின் சாகசத்தில் சிக்காமல் மனம் வெற்றி அடையும்போது கரண ஒழுக்கம் உருவாகிறது.

புலன்கள் வெற்றி அடையும்போது இந்திரிய ஒழுக்கம் உருவாகிறது.

இவ்வாறு புலன்களுக்கும் மனத்துக்கும் இடையில் நடைபெறும் போராட்டத்தை நாம் அடிக்கடி அனுபவிக்கிறோம்.

படித்துக் கொண்டிருக்கின்றபோது சமையல் கட்டில் நடைபெறும் செயல்களையும் அவற்றின் விளைவுகளையும் மூக்கு, நாக்கு முதலிய புலன்கள் சமையல் கட்டில் இருந்து வரும் மணத்தை நுகர்ந்தும், அந்த மணத்துக்கு உரிய தின்பண்டத்தை ஏற்கனவே சாப்பிட்டு அனுபவித்த உணர்வினால் நாக்கில் ஜலம் ஊறியும் நம் கவனத்தை ஈர்க்கின்றன.

அதை எப்படியாவது சுவைத்து அனுபவிக்க வேண்டும் என்று புலன்கள் மனதை இழுக்கின்றன.

மனமோ புலன்களுக்கு அடிமையாகாமல் தான் படித்துக் கொண்டிருக்கும் புத்தகத்தில் இருக்கும் விஷயத்தில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருக்கிறது.

இங்கு புலன் புலம் நெறி வெற்றி அடைகிறது. இவை இரண்டுக்கும் பொதுவாக புலநெறி வழக்கம் என்று சொல்வார்கள்.

இந்த சமயத்தில் மனம் வெற்றி அடைகிறது. புலன்களும் மனதையே பின்பற்றி அதனுடன் இணைந்து நிற்கின்றன.

இதுதான் பிரத்யாஹாரம்.

குருக்ஷேத்திரப் போரில் யோக அங்கமாகிய பிரத்யாகாரத்தை நன்றாக உருவகப்படுத்தி விளக்கி இருக்கிறார் வியாஸ பகவான்.

பஞ்ச பாண்டவர்களை ஞான இந்திரியங்களாக – புலன்களாக உருவகப்படுத்துகிறார்.

ஐந்து புலன்களையும் ஒருமுகப்படுத்தி போரில் வெற்றி அடையும்படிச் செய்கிற பார்த்தசாரதியை – கண்ணபிரானை சித்தமாக உருவகப்படுத்திக் காட்டுகிறார்.

சித்தம் வெற்றி பெறும்போது, அதனுடன் சேர்ந்து புலன்களும் வெற்றி அடைகின்றன.

இது ஒற்றுமையால் அடைகிற வெற்றியாகும்.

இந்த உருவகத்தை அர்ஜுனன் கண்ணனைப் பார்த்துக் கேட்கும் கேள்விகளாகவும், கண்ணபிரான் சொல்லுகிற பதில்களாகவும் அமைந்திருப்பதே பகவத்கீதை.

புலன்கள் சோர்வு அடைவது முதலிய நிகழ்ச்சிகளை விஷாத யோகம் – சோர்வு அடைதல் – முதலிய பதினெட்டு தலைப்புகளில் பிரத்தியாகாரத்தை விரித்து விளக்கி இருக்கிறது கீதை.

சித்தம் புலன்களையும் பொறிகளையும் ஒருமுகப் படுத்தி வாழ்க்கையில் அடையும் வெற்றியைத்தான் – புறயோக அங்கங்கள் ஐந்தில் மிக உச்சியில் இருப்பது பிரத்யாஹாரம்.

பஞ்ச பாண்டவர்களை ஞான இந்திரியம் ஆக்குவதுடன் கர்ம இந்திரியமாகவும் உருவகப்படுத்திக் காட்டி இருக்கிறார் வியாசர்.

இதை சுருக்கமாக உணர்ந்து கொள்வதற்கு, தேரோட்டியான கண்ணபிரானை சித்தமாகவும் ஐந்து குதிரைகளை ஐந்து ஞான இந்திரியங்களாகவும் வெகு அற்புதமாகச் சித்தரித்துக் காட்டி இருக்கிறார் வியாசர்.

ஐந்து புலன்களில் கண் மிகவும் உயர்ந்தது. அதன் இடத்தில் அர்ச்சுனனை இருக்கச் செய்து 'அது ஏன் அப்படி ? இது ஏன் இப்படி ?' என்று தொடர்ந்து கண்ணபிரானிடம் கேள்வி கேட்கச் சொல்கிறார்.

அர்ச்சுனனுக்குப் பதில் சொல்லும் வகையில் கண்ணபிரான் வாழ்க்கைத் துறைகள் எல்லாவற்றையும் விளக்கிச் சொல்கிறர்.

கீதையின் பதினெட்டு அத்தியாயங்களும் யோகம், யோகம் என்று முடிவது குறிப்பிடத்தக்கது.

யோக பரிசம், யோக சிந்தனை, யோக சந்நியாசம் என்று கீதையில் வரும் சொற்றொடர்களை ஆழ்ந்து கவனித்தோமானால், வாழ்க்கை முழுவதுமே ஞானயோகம் தான் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

வாழ்க்கையில் ஒழுக்க முறையில் வெற்றி பெறுபவர்களை யோக்யர்கள் என்று பாராட்டுகிறோம். யோகம் என்ற சொல்லில் இருந்து விரிந்ததுதான் யோக்யர் என்ற சொல்.

உலக நிகழ்ச்சிகளை படம் பிடித்துக் காட்டுவதுதான் புலன்களின் வேலையாகும்.

உலக நிகழ்ச்சிகளுக்கு ஏற்றபடி நடந்து கொள்வது எப்படி என்று தெரிந்துகொண்டு நடைமுறையில் நடத்திக் காட்டுவதுதான் பொறிகளின் வேலையாகும்.

புலன்களை வெளிக்காட்சிகளில் மயங்காமல் தம் உள்ளேயே உற்று நோக்குகிறபோது, நம்உள் நடைபெறும் அகக் காட்சிகளையும் நமக்குக் காட்டுகின்றன.

இவற்றின் மூலமாக உலகம் முழுவதும் நடந்து கொண்டு இருக்கும் எல்லா காட்சிகளையும், எல்லா இடங்களிலும் காலங்களிலும் வைத்து நாம் அறிந்து கொள்ளும்படிச் செய்வதுதான் யோகக் காட்சிகள்.

இந்தக் காட்சிகளைப் பார்த்து அனுபவிக்கின்ற சாத்திய புருஷர்களைத்தான் தீர்க்க தரிசிகள் என்கிறோம். அறிவர்கள் என்று போற்றுகிறோம்.

வெளியே பொருள்கள் இருக்கும் பக்கத்தை நோக்கிக் கண்ணாடியைத் திருப்பி வைத்தோமானால் அந்த கண்ணாடிக்குள் வெளியில் இருக்கும் எல்லா பொருள்களும் தெரிகின்றன.

நம் உள்ளே நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கிற செயல்களை நோக்கிக் கண்ணாடியை திருப்பினால் உள்ளே நடைபெறும் காட்சிகளை நாம் பார்த்து வியக்கலாம்.

புலன்களின் புறநோக்கை விட அகநோக்கு தூய்மையாகவும், யோக அங்கங்களின் அக அங்கங்களாகிய தாரணை, தியானம், சமாதி என்ற மூன்று அங்கங்களையும் நாம் எளிதாக அடைந்து இன்புறவும் அவை வழிகாட்டுகின்றன.

நம்முடைய ஐந்து புலன்களுக்கும் எட்டாத — காலத்தாலும் இடத்தாலும் மிக மிகத் தூரத்தில் நடைபெறுகிற எல்லாவற்றையும் உணர்த்தி உயர்த்துவதற்கு புலன்கள் ஒருமுகப்படுதல் ஆகிற பிரத்யாகாரம் மிக மிக அவசியமானது.

புலன்களை அடக்கி மனதைச் செயல்படுத்துவது தான் வாழ்க்கையில் வெற்றி அடைவதற்கு உரிய ஒரே வழியாகும்.

புலன்களை அடக்கி ஒருமுகப்படுத்துவது வேறு; புலன்களை செயல்பட முடியாமல் செய்வது வேறு.

ஐந்தும் அடக்கு அடக்கு என்பார் அறிவிலார்
ஐந்தும் அடக்கும் அமரரும் அங்கில்லை
ஐந்தும் அடக்கில் அசேதனம்ஆம் என்று இட்டு
ஐந்தும் அடக்கா அறிவு அறிந்தேனே !

என்று சொல்கிறார் திருமூலர்.

பஞ்சேந்திரியங்களை அடக்குவது என்பதன் பொருள் அவற்றை ஒருமுகப்படுத்துவதுதான்.

அவைதாமே ஒருமுகப்படுவதும் உண்டு.

இது சுத்த கும்பகம் என்கிற ஊறுதலால் உருவாகக் கூடியது.

மனதில் புலன்கள் காட்டும் அகக்காட்சிகளைத்தான் நாம் பார்த்து அனுபவிக்கிறோம்.

ஐந்து புலன்களையும் செயல் அற்றனவாகச் செய்து விட்டால் நாம் உயிர் அற்ற பிணங்களாக வேண்டியதுதான்.

ஐந்து புலன்களையும் அடக்குகின்ற தேவர்களும் இல்லை. மாமனிதர்களும் உருவாவதில்லை.

எனவே ஐந்து புலன்களையும் அடக்கி அழித்து விடாமல் பரிபூரணமாக அவைகளை வேலை செய்யும்படித் தூண்டி எல்லாவற்றையும் நான் அறிந்துகொண்டு இருக்கிறேன்.

இதுதான் மேலே இருக்கும் திருமந்திரத்தின் பொருள்.

இதைத்தான் 'ஐந்தும் அடக்கா அறிவை அறிந்தேனே,' என்கிறார் திருமூலர்.

ஆன்மிக வாழ்க்கையில் தீவிரமாகப் பயிற்சி செய்யும் போது புலன்களை புறக்கணித்து விடக்கூடாது.

ஆலயங்களில் காணப்படும் சிற்பங்களையும், அவற்றில் அடங்கி இருக்கும் ஆன்மிக உண்மைகளையும் புரிந்துகொள்வதற்குப் புலன்களைப் பயன்படுத்தலாம்.

ஆலயத்தில் நடைபெறும் இசை நிகழ்ச்சிகள் நடத்தும் இசை வித்வான் ஆண்டவனைப் பார்த்துக்கொண்டுதான் பாடுவார்.

பொது மக்களுக்காகவோ பொது மக்களைப் பார்த்துக்கொண்டோ இசை வித்வான் அங்கே பாடுவதில்லை.

ஆலயங்களில் நடைபெறும் நடனம் முதலியவற்றைக் கூட இறைவனின் திருவிளையாடல்களாகக் கொண்டு மகிழலாம்.

பிரம்மசரிய பயிற்சிகளில் பெண்களை அடியோடு புறக்கணிக்காமல் தாயாக மதித்துப் பேசியும் பழகியும் வருவதால் தீங்கு ஒன்றும் ஏற்பட்டுவிடாது.

இவை எல்லாம் சித்தம் என்ற கரணத்தின் வழியே புலன்களும் பொறிகளும் செல்லுவதுதான்.

நாம். அனுபவிக்கிற எல்லாப் பொருள்களையும் இறைவனுக்கு அர்ப்பணித்துவிட்டு அனுபவிப்பதுதான் பொறி புலன்களை ஒருமுகப்படுத்தும் ஆன்மிகப் ப்ரத்யாகாரம் ஆகும்.

ஏதோ ஒரு இடத்தில் இருந்து தியானிப்பதுதான் யோகப் பயிற்சி என்று எண்ணிவிடக்கூடாது.

அது யோகப் பயிற்சியின் தொடக்கம் தான்.

ஆன்மிக வாழ்வில் பிரத்யாகாரம் எப்படி எல்லாம் பயன்படுகிறது என்பதைப்பற்றி பதஞ்சலி முனிவர் அடுத்த சூத்திரத்தில் சொல்கிறார்.



55. ததஃ பரமா வச்யதேந்திரி யாணாம்ஃ ||

சித்தம் புலன்களை எல்லாம் ஒருமுகப்படுத்தியவுடன் அவை மிக உயர்ந்த நிலையில் எண்ண ஓட்டத்துக்குத் துணை செய்யும் வழியில் அடங்கி நிற்கின்றன.

பிரத்யாகாரப் பயிற்சி நன்கு நடைபெறும்போது, புலன்கள் புறத்தே இருக்கும் பொருள்களில் படிந்து இருக்காமல் உள் நோக்கித் திரும்புகின்றன — ஒருமுகப்படுகின்றன.

பிரத்யாகாரம் என்பது புலன்களை ஒருமுகப் படுத்துவதுதான்.

புலன்கள் இப்போது நாம் விரும்புகிற இடங்களுக்குச் சுமந்து கொண்டு ஓடும் குதிரைகளைப் போல தயாராக இருக்கின்றன.

குதிரைகள் என்ற உருவகம் வாசி என்கிற உள் நோக்கிச் சென்று திரும்பும் குதிரைகளாக விளங்குகின்றன.

மூச்சும் புலன்களும் ஒன்றுடன் ஒன்று இணைந்து செயல்படுகின்றன.

புலன்கள் கொடுக்கும் இன்பங்களைத் துறப்பதினால் எந்த முக்கியமான பொருள்களையும் நாம் இழந்துவிடவில்லை.

புலன்கள் நம்மை வேறு எங்கேனும் வெளியே இழுத்தால், "நான் உங்களுடைய விருப்பங்களை நிறைவேற்றப்

போவதில்லை. இனிமேல் நீங்கள் நான் சொல்லுகிறபடிதான் நடக்கவேண்டும்'' என்று அவைகளுக்குக் கட்டளை இடுகிறோம்.

முதலில் கொஞ்சம் தயக்கமாக இருந்தாலும் பிறகு நாம் பெருமிதத்துடன் முன்னேறலாம்.

புலன்களைத் திருப்தி செய்வதற்காக வெளியில் அவற்றைப் பின்பற்றி சென்றோமானால், நம்முடைய எண்ணம் நிறைவேறாது.

தக்க தருணத்தில் புலன்கள் வெளியே செல்லும் செயலில் இருந்து மாறுபடும். உள்நோக்கித் திரும்பும்.

அப்போது இயற்கை அறிவு பொறிகளுடன் சேர்ந்து மனதை உருவாக்குகிறது.

மனம் உயர்ந்துதான் சித்தம் ஆகிறது. எண்ணியதை எண்ணியபடியே நிறைவேற்றவும் முடிகிறது.

இதையே–

"செவ்வகை ஒருகால் படுமதி அளவே செறி பொறி மனம்'' என்கிறார் வள்ளலார்.

சரியான தருணத்தில் பொறிகளுடன் இணைந்து செயல்படும்போது இயற்கை அறிவே மனமாக மலர்கிறது.

'மதி' என்பது முன்பு நாம் அனுபவித்து இருக்கிற இயற்கை அறிவைப் பற்றி சொல்கிறது.

இதன் முடிவில்–

"எண்ணிய படியெல்லாம் எய்தும்'' என்று மேலும் சொல்கிறார் வள்ளலார்.

நினைத்தபடியே நாம் வெற்றி அடைவதற்கு ஒருமுகப்பட்டு நிற்கும் புலன்களின் நிலையான செயல்; – பிரத்யாகாரம் ஆகிறது.

பிரத்யாகாரம் நாம் எண்ணியதை எண்ணியபடியே செய்து முடிப்பதற்குத் துணை செய்கிறது.

பிரத்யாகாரத்தின் துணையால் நாம் அடைகின்ற மகிழ்ச்சி, மற்ற நிகழ்ச்சிகளால் அடையும் மகிழ்ச்சியைப் போன்றது அல்ல. நிலையான மகிழ்ச்சியைப் பெறுகிறோம்.

வெளியில் புலன்கள் வழியே சென்று அடைகின்ற மகிழ்ச்சி நிலையற்றவையாகும்.

மனமும் புலன்களும் நமக்கு சுதந்தரம் அளித்துவிட்டால் போதும், வேறு எந்த சக்தியும் நம்மைத் தடுத்து நிறுத்திவிட முடியாது.

ஏகாதிபத்தியமோ, சர்வாதிகாரமோ உடைய அரசினால் கூட நம்மைக் கட்டுப்படுத்த முடியாது. நாம் எதற்கும் பயப்படவேண்டியதில்லை.

இந்த சக்தி குறிப்பிட்ட ஒரு சிலருக்கு மட்டும் உரிமை உடையது அல்ல. முறையாக மேலே இருந்துகொண்டு கீழே இருக்கும் புலன்களை அடக்குவது பிரத்யாகாரப் பயிற்சியின் மூலமாக நமக்குக் கிடைத்திடும் வெற்றியாகும்.

இத்தகைய பயிற்சியைத் தகுந்த முறையில் பயன்படுத்தினால் யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டவர்கள் மட்டும் அல்லாமல் மற்றவர்களையும் உயர்த்தமுடியும்.

இதைத்தான் –

நான் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம்

என்பர் ஞானயோகிகள்.





முடிவுரை

யோக அங்கங்கள் இயமம், நியமம், ஆசனம், பிராணயாமம், பிரத்யாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி என்று எட்டு வகைப்படும்.

இவற்றுள் நாம் சாதனம் செய்பக்கூடியவை சாதன பாதத்தில் விளக்கப்பட்டு இருக்கும் புற யோக அங்கங்கள் ஐந்து மட்டுமே ஆகும்.

அக யோக அங்கங்கள் மூன்று சாதகத்தில் வெற்றிபெற்ற சாத்தியர்கள் செய்கின்ற அற்புதங்களுக்கு அடிப்படையானது.

எண்ணங்கள் எல்லாம் ஒரே திசையில் செல்லுவதைத் தான் தாரணை என்பர்.

ஒரு குறிப்பிட்ட பொருளையே உற்று நோக்குகிற செயல் தியானம்.

இதன் மூலமாகக் கிடைக்கிற உண்மைக் காட்சியும் வெற்றியும் சமாதியாகும்.

இந்த மூன்றையும் சித்திகளைப் பற்றி விளக்குகிற விபூதி பாதத்தில் காணலாம்.

சித்து விளையாடிக் கொண்டே காலத்தைப் போக்கிவிடக்கூடாது என்பதையும், விடுதலை பெற்று நிலையாக வாழ்வதுதான் வாழ்க்கை என்பதையும் விபூதி பாதமும் கைவல்ய பாதமும் தெளிவாகச் சொல்கின்றன.

பதஞ்சலி யோகம், சமாதி பாதம் – சாதன பாதம் – விபூதி பாதம் – கைவல்ய பாதம் என்று நான்கு பகுதிகளை உடையது.

196 சூத்திரங்களை உடையது.

இந்த நான்கு பாதங்களையும் உணர்த்த உணர்ந்தவர்களே வாழ்க்கையில் வல்லவர்கள்.

இதை "வாங்கு அரும்பாதம் நான்கும், வகுத்த வான்மீகி என்பான்'' என்று கம்பநாட்டு ஆழ்வார் பாராட்டுகிறார்.

